

Madam[®] BUSINESS

PROSPERITA

březen 2023

Noční protiklady

Eva Brixi

Do pořádku dávám
Každou řádku polibků
Již na tvou tvář teď vkládám
Pod širým nebem
Černým jak paprsek noci
Zajídám chlebem
Tvé avantýry
Jsem obyčejná ztřeštěná a bez pomoci
Hvězdy sčítají
Naše hříchy
Když odpustky roztají
A my začínáme znova
Od konce jsem jako nová
Měsíc brblá cosi o morálce
Slova jeho tichnou ale
Kdesi v dálce
Míchám si kávu hořkosti
Andělé tropí hlouposti
Vím
Jak to zítra bude
Vášeň tvoje zmizí
Já sama sobě
Zůstanu už cizí

Yveta
Slišková

V teplických lázních
máme letos již 869. sezónu
rozhovor na stranách 10–11

INZERCE

Inca Collagen[®]

ZAČNĚTE JARO
S TŘÍMĚSÍČNÍ
KOLAGENOVOU KÚROU



www.incacollagen.cz

Jsme zemí včelařů

Vzpomněla jsem si na loňské léto a na noblesní setkání PENNY s novináři a odbornou veřejností, kde se hovořilo o významu včel pro život člověka, pěstování ovoce a zeleniny, výrobu potravin. Informací bylo mnoho a řadu přítomných překvapily. Třeba, že bez včel by skutečně nebyl život. Je to fakt, který nemá protivníka. Od té doby si kupuji o včelkách knihy, studuji o nich všechno možné. Mým snem je mít na zahradě pár úlů a včelaře poradce, který by se těmto jemným, chytrým a pracovitým tvorům věnoval, a mne učil to, čeho se stále bojím. Nebát se žihadel. Na události ku podpoře vnímání toho, co všechno pro nás včely znamenají, jsem se seznámila s předsedkyní Českého svazu včelařů Mgr. Jarmilou Machovou. Tehdy jsme se dohodly, že o včelách, včelařích a medu připravíme rozhovor:



Mgr. Jarmila Machová

Jaké je poslání vašeho svazu?

Je dáno našimi stanovami. Hlavním posláním Českého svazu včelařů je péče o zachování a rozvoj populací včely medonosné a dalších opylovatelů. Tato péče vyžaduje systematickou a organizovanou činnost včelařů ke zkvalitňování chovu včel a jeho ochrany před narůstajícími negativními civilizačními vlivy. Zajištění opylení kulturních rostlin i přírodních rostlinných společenství je hlavním přínosem včelařství a činnosti Českého svazu včelařů pro společnost a přírodu naší země.

Kolik působí dnes v naší zemi včelařů a co pro ně svaz dělá? Přibýlo jich za poslední roky?

Oficiální čísla počtu chovatelů včel a včelstev má Českomoravská společnost chovatelů, a.s.,

která vede ústřední evidenci chovatelů. Podle naší svazové statistiky je v České republice zhruba 56 000 chovatelů včel a 660 000 včelstev. Český svaz včelařů má dlouhou historii. Loni jsme oslavili 150 let existence. V našich řadách je 95 % všech chovatelů včel v ČR. V současné době máme 56 500 členů. Z toho je na 5000 členů příznivců včelařství, kteří včely nechovají.

Členové nám spíše přibývají. Podívám-li se do historie, v roce 1995 jsme měli 66 000 členů, v roce 2008 po velkých úhynech včelstev stav členů klesl na 45 600. Nyní je to, jak jsem naznačila výše, kolem 56 000 členů. V rámci EU jsme považováni za zemi včelařů.

Vy sama také včelaříte? A máte ráda med?

Mám jen tři včelstva pro radost. Samozřejmě med mám ráda, je součástí každého mého dne –

chléb s máslem a medem, čaj s medem a káva s medem. Bez medu to alespoň u mě zkrátka nejde.

Ostatně o medu se často mluví s velkou úctou, obdivem, stejně jako o dalších včelích produktech. Bádání ale stále není u konce. Co plyne z nejnovějších poznatků, co málokdo zatím o medu ví?

Med je živočišný produkt. Včely jej vyrobí jako dokonalý, pokazit ho může jen člověk. Proto vždy spotřebiteli doporučujeme najít si svého včelaře a med kupovat přímo od něj, tak zvané ze dvora. U medu koupeného v běžném obchodě nevíme nic o jeho původu (označen bývá med z EU, med mimo EU nebo med z EU a mimo EU) a jakými procesy zpracování prošel. Příroda je velká čarodějka a u medu si dala zvlášť záležet. Po desetitisíce let člověk používá med nejen jako sladidlo, ale i jako sladký lék. Že med má blahodárný vliv na lidský organizmus, to věděli již staří Egypťané. Egypťští faraoni byli pochováni se zásobou medu. Při odkrytí jejich hrobů v pyramidách byl nalezen med a po těch mnoha letech to byl stále med.

Říká se, máte-li doma med, máte doma celou lékárnu. Obsahuje stovky zdraví prospěšných látek – zejména vitamíny, železo, fosfor, vápník, hořčík, glukózu, fruktózu, což z něj dělá komplexní a vyváženou potravinu. Je antiseptický, to znamená, že se v něm nemnoží bakterie. Ošetření spáleniny nebo řezné rány medem zabraňuje růstu bakterií, i když jsou rány těžce infikovány. O tom se přesvědčili zranění vojáci ve válkách, a to i těch světových. Sečné rány, amputace končetin, popáleniny to vše bylo ošetřováno medem, který pomáhal zachraňovat zdraví a životy. Med je zcela po právu považován za přírodní antibiotikum. Svým složením je schopen ničit bakterie a celkově posilovat obranyschopnost organismu. Posiluje srdce, cévy, snižuje krevní tlak, zmírňuje bolest krku, usnadňuje vstřebávání vápníku, chrání játra, pomáhá snižovat hladinu cholesterolu, nezatěžuje žaludek a zabraňuje množení bakterií v zažívacím traktu, pomáhá při žaludečních vředech, zklidňuje a pomáhá při nespavosti. Výčet toho, co všechno umí, určitě není vyčerpávající. Nejen na podzim, kdy nás

Ano, v řadách našich členů jsou i právnické osoby – školy, církve, domovy mládeže, zemědělská družstva, lesy, také obchodní společnosti, a dokonce i věznice, takže náš svaz je otevřen všem, kteří chovají včelstva nebo mají včely a včelařství rádi.



škrábe v krku, ale po celý rok bychom měli jíst med. Nejlépe každý den ráno lžičku medu na lačno půl hodiny před snídaní. Prospěje to naší imunitě. Med se též používá v kosmetice. Vyživuje, zvláčňuje a rozjasňuje pokožku a bojuje proti škodlivým volným radikálům, které urychlují její stárnutí. Ostatně máme u nás Výzkumný ústav včelařský v Dole u Libčic, jehož odborníci by o medu mohli dlouze hovořit.

Med patří do tradiční české kuchyně, ke slovu se dostává zejména před Vánoci, o Velikonocích, perníčky bez medu nejsou to pravé. Nechystá se váš svaz na vydání nějaké kuchařky, kalendáře, publikace, kde bude zajímavé povídání o medu?

Vánoce a Velikonoce si nedovedeme bez perníčků představit. I medový perník ale má svou historii. Znali jej lidé již od doby, kdy měli med, mouku a oheň. Aby placka, kterou právě ký člověk vyrobil z mouky a vody, měla chuť, přidali k ní med. Předchůdce dnešních perníčků našli archeologové v egyptských hrobkách, svoje místo měl perník i v antice. Už staří Řekové a Římané používali perníkové pečivo při různých slavnostních příležitostech nebo jako obětní pečivo. Během staletí se recepty na perníky neustále upravovaly, vylepšovaly a vznikaly jejich nejrůznější variace. Perníků, perníčků nebo medovníků tak dnes známe nepřeberné množství druhů, tvarů, chutí a vůní. U nás jsou první zmínky o pečení perníku z roku 1335 a píše se v nich o trutnovských perníkářích. Do českých zemí přišli perníkáři z Německa a Itálie kolem roku 1324. Nazývali se caletníci. Právě podle nich prý nese své jméno pražská Celetná ulice. Dobrý perník byl vizitkou každého perníkáře. Recepty se pečlivě tajily a dědily se z otce na syna. Nejslavnější český perník je rozhodně ten pardubický, jenž se vyrábí od 16. století. V roce 2008 získal Pardubický perník ochrannou známku EU. Jak péct perník učí naše členy i veřejnost svazové učitelky medového pečiva. Tyto znalosti lze získat i na Středním učilišti včelařském v Nasavrkách.

Medových kuchařek je, myslím, docela dost. Vydáváme je my jako svaz v rámci propagačních materiálů, ale také naše Střední odborné učiliště včelařské v Nasavrkách a mnoho na-

ších organizačních jednotek svazu – základní nebo okresní organizace ČSV. Stejně je to s kalendáři, reklamními letáčky. Krásné knížky o včelařství a o medu v poslední době vydalo v překladech nakladatelství Brázda. Nádherná je knížka Cesty medu, která mapuje z hlediska včelaření a získávání medu celý svět. Autor je nazýván „včelím fotografem“ a jeho fotografie musí fascinovat každého.

Nebýt včel, nebude mít lidstvo brzy co jíst. Čas od času na tuto skutečnost svaz upozorní, ale také třeba PENNY nebo nějaký hotel, na jehož střeše se včelstva nalézají. Nebylo by potřeba téma „žhavit“ více?

Řetězec PENNY zorganizoval vloni v červenci akci PENNY pro včely. Po vzoru své matky REWE, která toto v Německu uspořádala již před lety, se rozhodl ve své pobočce v Praze Uhřetěvesi ukázat, jak by vypadaly prodejny potravin bez včel. Proto na jeden den odstranil ze své prodejny v Uhřetěvesi všechny produkty, které by si lidé nemohli koupit, kdyby na světě nebyly včely. Na zákazníky tak čekal obchod, v němž chybělo na 60 % nabízených produktů, což znamená téměř prázdné regály. Ohlas byl veliký. Že tak obrovský význam včel mají, zákazníci netušili.

Hotely, divadla, městské instituce a další podniky umísťují včelstva na své střechy. Ne vždy to je však pro včely dobře. Pokud jsou včelstva umístěna ve velkých výškách, není tam žádný stín, je tam větrno, voda a snůška daleko, tak jim to vůbec neprospívá. Je to pro ně nepřírodní prostředí.

Dověděla jsem se, že do svazu vstoupila právě i společnost Penny Market, a to s ohledem na podporu osvěty významu včel pro život lidí, ale i chovu, s nímž také začala. Bude-li mít zájem i jiná firma, třeba hotel, provozovatel skladových hal nebo výrobce oděvů, která umístila úly na střeše svých provozů nebo na vlastním pozemku, může se rovněž stát vaším členem?

Ano, v řadách našich členů jsou i právnické osoby – školy, církve, domovy mládeže, zemědělská družstva, lesy, také obchodní společnosti, a dokonce i věznice, takže náš svaz je otevřen všem, kteří chovají včelstva nebo mají včely a včelařství rádi.

za odpovědi poděkovala Eva Brixí

pokračování rozhovoru najdete v dubnovém čísle Madam Business





Slovo pro život

Málokdy si člověk uvědomí, jakou váhu má jeho běžný projev. Jakou sílu má slovo. Natož vyřčené v pravý či nevhodný čas. Ač proneseno v legraci, může ublížit navždy. Nebo rozzářit oči člověka a jeho energii znásobit, že by mohl skály lámat. Určitě není nutno pořád zkoumat to, co právě řekneme a co bychom tím mohli způsobit. Ale občas se chvilku zamyslet nad tím, jak slovo vepisuje do řádek osudu své poznámky, by neškodilo. Předmět nazvaný Slovo léčí by měli mít medicí povinný a měl by patřit i do celoživotního vzdělávání lékařů, politiků i k výbavě učitelů nebo úředníků. Pak už bychom nepotřebovali moudré knihy o motivaci, pozitivním myšlení či o tréninku zdravého spaní. **Eva Brixi, šéfredaktorka**



Tip Grady

Projektový management – Komplexně, prakticky a podle světových standardů

Jan Doležal a kolektiv

Kniha přináší aktuální přehled metod a technik projektového řízení, včetně agilních či hybridních přístupů. Srozumitelný, čtivý a prakticky zaměřený výklad je doplněn mnoha obrázky, příklady a případovými studiemi.



partneři www.madambusiness.cz

hlavní partneři:



partneři:



Prosperita Madam Business

vychází jako příloha časopisu Prosperita, ročník 17, březen 2023

Vydává RIX, s. r. o., Ocelářská 2274/1, 190 00 Praha 9

Šéfredaktorka:

PhDr. Eva Brixi-Šimková, e-mail: brixi@iprosperita.cz, mobil: 602 618 008

Šéfredaktor www.madambusiness.cz:

Martin Šimek, e-mail: martin@iprosperita.cz, mobil: 606 615 609

Grafický design: Michal Schneidewind, Korektury: Mgr. Pavla Rožničková

Tisk: Triangl, a.s., www.trianglprint.cz **triangl print**

Distribuce: 5 P Agency, spol. s r. o.

Placené textové materiály jsou označené grafickým symbolem

www.madambusiness.cz

Internetový marketing: Media Know, www.mediaknow.net

Nenechte si ujít novinky na blogu intuitiveidiary.com naší redaktorky Kateřiny Šimkové.

Premýšlíte nad změnou vizuální identity nebo marketingové strategie? S Martinem Šimkem a mediaknow.net najdete správný směr.



Máte náladu a čas číst si večer před spaním?

Bc. Markéta Keclíková
Rosmarino Květinový ateliér s.r.o.
majitelka

Čtu ráda, takže si čas najdu docela často, zvláště teď, co mi odrostly dcery a už se jim nemusím tolik věnovat po příchodu z práce. Nicméně zrovna čtení před spaním je trošku oříšek – když se začtu, jsem schopná číst hluboko do noci, a pak se za to ráno nenávidím! Takže spíš z tohoto důvodu před spaním raději nečtu. Ale ano, nezřídka i odpadám ještě dřív, než si knihu vůbec vezmu do ruky.



Měla by i zaneprázdněná žena z businessu umět vařit a péct?

Ing. Tomáš Milich
ekonom a člen redakční rady
časopisu Prosperita

Myslím, že tato dovednost není v dnešní době nutností. Žena neznalá umění našich babiček určitě má někoho kolem sebe, kdo jí a jejím blízkým rád navaří či napeče, a ještě mu to udělá radost. Takže žádnou lítost nad tím, že manželka, kamarádka, partnerka vařit neumí a nebaví ji to, bych nepociťoval. A navíc – spokojený život je o kompromisech i odpouštění. Takže žena, která nevaří a napeče, zase umí třeba péstovat rajčata nebo plést svetry.



Informace do kabelky

Tradiční mazanec v tabulce čokolády

Velikonoce jsou vždycky mazec. Šupání, pomlázky, tektuté i další odměny pro koledníky. Brněnská čokoládovna Ajala se letos rozhodla přispět k oslavám a přidat ze své dílny mazec gastronomický. Tedy spíše m-a-z-a-n-e-c. Klasickou sladkou pochoutku totiž přetvořila do tabulky čokolády. V Ajale si twisty na klasické české sladké pochoutky oblíbili. Není se čemu divit, jsou v tom totiž lahodně dobří.

Po triu vánočně laděných čokolád se jim teď zjevily v hledáčku další svátky – Velikonoce. Co k nim patří vedle pomlázky a kraslic? Zlatavý povrch hojně posypaný plátky mandlíček, voňavá vláčná nasládlá střídká a kousky rozinek, které se spolu s těstem rozplývají na jazyku... Přesně takovou chuť dostanete i s každým kouskem Ajala Mazance. Kromě výběrových kakaových bobů obsahuje i rozinky s mandlemi, přidali do ní ale ještě něco navíc. Tajnou ingrediencí je brown butter, hnědé máslo, které milovníci mezinárodní kuchyně mohou znát také jako beurre noisette. Jeho chuť je oříšková, skoro karamelová a voní tak, že byste ho nejraději zařadili na jídelníček úplně ke všemu. Jeho opečené aroma bylo do Mazance jasnou volbou.

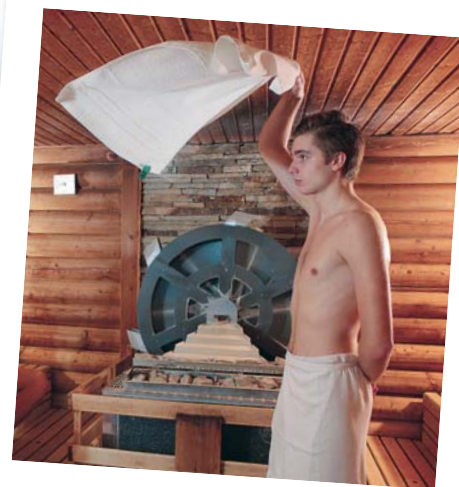


Saunové rituály pro lepší imunitu

Jedním z účinných způsobů, jak si udržet dobrou kondici a podpořit imunitu, je saunování. Moderní saunové rituály navíc dokážou pobyt v sauně zpestřit, a ještě zvýšit jeho efekt. Vyhlášené jsou ty v Resortu Valachy ve Velkých Karlovicích, při nichž se například používá i med a slivovice.

„S příchodem chladnějšího počasí vždy stoupá i zájem o saunové rituály. Oproti klasickému saunování, které, přiznejme si, už může být pro někoho fádní, je „divadlo v sauně“ (jak se také rituálům přezdívá) mnohem zábavnější a také přináší větší efekt. Saunér v jeho průběhu polévá horké kameny vonnými esencemi, a následně víří vzduch ručníky a prapory pro intenzivnější pocit horka a lepší pocení, nejčastěji ve třech kolech. Různé techniky točení a mávání ručníkem jsou nejen efektní, ale především umožňují tvořit takzvaný parní náraz a směřovat horký vzduch přímo na těla hostů. Součástí saunových rituálů je také reprodukováná hudba nebo světelné efekty,“ přiblížil průběh saunových rituálů Jiří Malina, šéfsaunér relaxačních center Wellness Horal a L-Spa hotelu Lanterna ve Velkých Karlovicích.

Po prvním „zahřívacím“ kole saunér rozdává účastníkům rituálu tělový peeling pro potírání těla. „Pro tyto účely využíváme běžně dostupné suroviny – med, jogurt, kávu, sůl... A máme i jednu vlastní specialitu – valašský rituál, při němž je součástí vonné esence slivovice a tělový peeling tvoří med s jalovcem, tedy tradiční regionální suroviny,“ upřesnil Jiří Malina, který jako saunér pracuje už deset let



a říká, že díky tomu neví, co je nachlazení... Osobně doporučuje použít tělové peelingy nejen na tělo, ale i na hlavu. „V sauně se v kůži otevírají póry, jimiž se vyplavují škodlivé toxiny a zároveň přijímají cenné látky. Například med vyživuje kořínky vlasů, má v sobě spoustu vitamínů. Víím, že pro mnoho lidí je představa medu ve vlasech velmi neobvyklá, ale v horku má med zcela tekutou konzistenci, není lepkavý a malé množství se do pokožky dokonale vstřebá.“

S příchodem zimního období se ve Wellness Horal i v L-Spa hotelu Lanterna pro saunové rituály mění výběr vonných esencí. Ke slovu se dostávají dřevité vůně, které jsou uklidňující, a bylinky s pozitivním vlivem na dýchací aparát. Používají se hlavně tyto:

- **borovice** (na dýchací onemocnění, doporučené při únavě, nedostatku energie)
- **santalové dřevo** (antidepresivní, mírní kašel a nachlazení, zároveň afrodiziakum)
- **rozmarýn** (stimuluje při únavě, posiluje, zahání úzkost, vhodný při revmatismu, nachlazení, proti chřipce)
- **jalovec** (účinný na trávení, ledviny, podporuje vylučování vody z organismu, pročišťuje)
- **skořice** (prohřívá a stimuluje organismus, má dezinfekční účinky)
- **pačuli** (afrodiziakální, sexuální povzbuzení)
- **eukalypt** (pozitivní vliv na dýchací ústrojí, protizánětlivý, protiinfekční)
- **máta** (povzbuzující účinky)
- **meduňka** (uklidňuje, pozitivní vliv na trávení, proti nespavosti).

(tz)

Pojištění majetku od Kooperativy podporuje ekologické investice

V roce 2022 řešila Kooperativa v pojištění majetku a odpovědnosti občanů přes 60 000 pojistných událostí za 1,98 miliardy korun.

„Nejvíce škod našim klientům způsobily přírodní živly, především vichřice a bouřky, dále pak problémy s vodoinstalacemi, a v neposlední řadě jsme tradičně zaznamenali i významný počet odpovědnostních škod. Naším klientům jsme vedle toho zajistili i tisíce asistenčních zásahů, které jim vedle finanční kompenzace škod pomohly vyřešit i akutní potíže,“ shrnul loňský vývoj škod Tomáš Reitermann, vedoucí Odboru pojištění občanů. Letošní modernizace občanské produktové nabídky přináší nové a významně posílené asistenční služby zdarma, v pojištění majetku Kooperativa navýšila či úplně zrušila většinu limitů plnění. Unikátní novinkou je Ekolo-

gický benefit. Ten garantuje výplatu plnění i nad rámec pojistné částky, pokud škoda přesáhne 75 % z pojistné částky zasaženého rodinného domu, rekreační budovy či bytové jednotky. Klient tak navíc obdrží prostředky na ekologickou modernizaci zasaženého objektu.

„Pokud tedy například pojistíte svůj rodinný dům na pojistnou částku osm milionů korun a dojde k výše zmíněné pojistné události, kromě obvyklého pojistného plnění získáte navíc 5 % z pojistné částky, tedy 400 000 korun, na pořízení nebo vylepšení třeba vnitřního a vnějšího zateplení, fotovoltaiky, tepelného čerpadla nebo systému na zadržování a využívání dešťové vody,“ představil moderní novinku Tomáš Reitermann.

Významně Kooperativa posílila nabídku svých asistenčních služeb, které klienti ke svému pojištění získávají bezplatně. „Úplnou novinkou je asistence pro případ stěhování,

dále jde například o asistence v případě potřeby pozáruční opravy domácích spotřebičů či novou kyberasistenci. Zároveň se zvýšily limity plnění pro případ řemeslných prací, kterými se odstraňují různé nouzové situace, nově činí až 10 000 korun pro jeden zásah, a počet zásahů v roce nově již není omezen,“ doplnil Tomáš Reitermann.

Unikátní je v dnešní neisté době přístup Kooperativy pro případ řešení velkých občanských majetkových škod. Má-li klient pojištění indexované, je zaručena k jeho pojištění inflační garance. Jde o ochranu pro případ, že by mu ani indexovaná horní hranice plnění nepokryla kvůli mimořádné inflaci celou výši škody. „Díky inflační garanci klient obdrží pojistné plnění až do výše 120 % horní hranice pojistného plnění. Tedy až o 20 % vyšší částku, než jakou má sjednanou v dodatku, kterým přijal náš návrh na indexaci,“ vysvětlil Tomáš Reitermann.

(tz)

Perníčky z Pardubic: Jsme rodinná firma už 33 let



Jarmila Janurová

Jarmila Janurová začala podnikat už dávno. Obdivovala jsem její vůli, chuť do práce, nápady, činorodost, zodpovědnost, i množství rizika, které byla schopna na svých bedrech unést. Většinou se dařilo, především proto, že měla firma JaJa Pardubice s.r.o. co nabídnout, a to se brzy rozkřiklo po celé republice. Jako první u nás přišla s nápadem plnit perníčky různými náplněmi a úhledně je prodávat v krabičkách jako bonboniéry, lidé je milují dodnes. A což teprve umělecká díla v podobě perníkových kreací s vánočními či jarními motivy! Úspěchy však proložily čas od času i složité měsíce, s nimiž bylo nutné se vypořádat. Pomoci vlastními úsporami, rozhodnout, do čeho investovat dříve a do čeho později, nahradit chybějící pracovníky vlastníma rukama. Perníčky jsou totiž výsledkem rukodělné práce, proto také dokážou chytit za srdce. Robot lidský vklad v podobě emocí totiž nahradit neumí. A že se perníčky vykrajují a zdobí s citem a láskou, to vám ve výrobě na kraji Pardubic potvrdí každý. I proto se líbí, i proto z nich sálá dobrá energie. Bude nás provázet i nadcházejícími Velikonocemi přesto, že Jarmila Janurová má za sebou nelehkou životní zkušenost:

Prožila jste nedávno složité období. Úraz, chřipka, nemocnice. Nač podnikatelka myslí v tak vypjatých okamžicích?

Od počátku firmy do letošního roku uběhlo již 33 let. Nemoci a s tím spojené absence ve firmě se nekonaly. Složité období mě začalo provázet až v průběhu minulých dvou let. V prvních momentech pádu na hranu betonové podlahy pergoly, kdy došlo ke složité zlomenině ramene pravé ruky, byly myšlenky o jediném: co udělat proto, abych byla co nejdříve zpět ve firmě. Bylo mi jasné, že ošetření vyžaduje pobyt v ne-

mocnici. Přes veškerou pomoc vnuka Tomáše zvednout mne ze země byl pokus neúspěšný, a bylo tedy nutné vyčkat na rychlou pomoc zdravotníků. Operace ramene si vyžádala zpevnění kloubu sedmi šrouby a následovala rehabilitace. Pobyt v nemocnici pro mě nebyl jednoduchý, ale denně jsem měla čerstvé zprávy z firmy. Potěšilo mě, že můj nástupce, vnuk Tomáš, se dobře staral o chod našeho podnikání. Týden jsem ještě doma bojovala s bolestí, a následně i přes zákaz lékaře trénovala ruku u malování perníčků. Snaha byla velká, po dvou dnech tréninku byla kvalita zdobení dobrá

a výrobky byly vhodné pro prodej. Vyhlička však nebyla nejlepší, předpokládá se roční léčeni. Také viróza mi znemožnila přístup do firmy, být na pouhé čtyři dny. V podnikání je to dost. Telefonický kontakt mi však umožnil být ve spojení s výrobou. Takže jsem stále věděla, co se děje, v myslí jsem firmu neopustila, možná i to mi pomáhalo překonávat zdravotní obtíže.

Dokázala jste v takových chvílích alespoň trochu nepřemýšlet o tom, že vás podnik potřebuje? Hodit za hlavu úvahy o firmě, zkrátka o věcech, které nesnesou odkladu?

Dobré jméno a prosperita firmy jsou vždy na prvním místě. Kontakt na dálku s předními pracovníky na jednotlivých úsecích výroby v době mé nepřítomnosti pomáhal řešit zadané úkoly. A je tu vnuk Tomáš, který získává zkušenosti pro převzetí vedení firmy, a ten se zodpovědně postaral o celý její chod. Což pro mne bylo velkou pomocí.

Je úžasné, pokud se jedna generace dokáže spolehnout na druhou, nebo dokonce třetí, tedy na děti i vnuky, kteří jsou do řemesla zasvěceni a podílejí se na chodu podniku...

Jsme rodinná firma. U vzniku našeho podnikání byli pracovně zapojeni manžel Stanislav a moji rodiče, dnes již nežijí. Syn Martin Janura zajistil a vede prodejnu Pardubický perník v centru Pardubic. A nejmladší vnuk Tomáš Janura v budoucnu firmu převezme. Pracuje s námi a velmi se snaží získat co nejvíce znalostí. Je velice zručný, dokáže opravit strojní zařízení, má nápady k vylepšení provozu, stará se i o spolupráci s externí účetní, zajímá se o veškerou problematiku provozu. A to je pro takovou firmu, jako je naše, naprosto zásadní, potřebné a nesmírně povzbuzující. V letošním roce do firmy nastoupila i Tomášova manželka Michaela. A já jsem ráda, že se navzájem na sebe můžeme spolehnout.

Vaše perníčky jsou proslavené a mlsají je rádi dospělí i děti. Představíte před nadcházejícími Velikonocemi něco nového?

Na každou sezónu se chystáme připravit novinku, stejně i letos, zatím bude probíhat zkušební provoz.

Dříve jste pekli také buchty nebo drobné slavnostní pečivo, pokračujete v tom? A nepřijdou nyní na řadu mazance?

Výroba buchet se snížila, nebráníme se větším objednávkám pro restauraci nebo kolektivům

na společné posezení. Záleží, zda stihneme plnit objednávky perníčků, následně bychom mohli uvažovat i o mazancích. Sváteční cukroví vyrábíme před Vánocemi, je o ně stále velký zájem a nás to těší.

Máte mnoho firemních zákazníků. Objednávají stále, nebo šetří?

Všeobecně se v letošním roce šetří. Obchodníci po Vánocích v lednu měli vyprodány sklady, urychleně doplňovali prázdné regály, letos ale objednávají velmi opatrně. Myslím, že březen bude měsícem příprav na Velikonoce a perníčky s touto tematikou budou opět žádané.

A pociťujete i to, že lidé nyní utrácí méně než před pár lety?

Těžko soudit, koncový zákazník podle nejrušnějších výzkumů opravdu utrácí méně, ale v nákupních centrech vidíte spotřebitele stále s plnými vozy. Také restaurace nebo kavárny se po covidu opět zaplnily. Pravdou ale je, že v lednu a únoru letošního roku byl náš prodej proti jiným letům velmi slabý.

Není to celospolečenskou panikou na trhu? Nepodléháme příliš strachu z toho či onoho?

Celospolečenská panika na trhu hodně ovlivňuje rozhodování o finančních výdajích. Nikdo neví, co bude příští měsíc. Zažili jsme v době covidu různé rozhodnutí uzavření prodejen v době plně naplněných obchodů, skladů produktů s velikonoční tematikou, které nebylo možné



prodávat po Velikonocích. Neustále žijeme ve strachu, co nás může potkat. Ten strach pak brzdí i rozumné rozhodování o tom, co koupit, a co ne. Je to začarovaný kruh, který nepřinese nikdy nic dobrého.

Dobré jméno a prosperita firmy jsou vždy na prvním místě. Kontakt na dálku s předními pracovníky na jednotlivých úsecích výroby v době mé nepřítomnosti pomáhal řešit zadané úkoly. A je tu vnuk Tomáš, který získává zkušenosti pro převzetí vedení firmy, a ten se zodpovědně postaral o celý její chod.

Vy osobně jste velký optimista a vždycky jste si dokázala poradit, hodně jste toho zvládla. Jakou zkušenost byste předala ostatním?

Pokud bych mohla, doporučila bych, aby si každý vybral řemeslo nebo práci takovou, která ho bude bavit, bude se snažit zdokonalovat, vytvářet a nabízet trhu nové výrobky a nápady ve zpracování. Zpětně pak získává pozitivní reakce od

kupujících za nabízené produkty. Zadat si cíl svého podnikání, udělat maximum pro to, aby probíhalo ve správných krocích a mělo pozitivní výsledky.

Perníkové pohádky o vítězství dobra nad zlem, to je jedno velké poselství, které vyčteme i z vašeho velikonočního zdobení. Rozehřeje každou duši. Kolik druhů, kolik motivů jste za celou tu historii firmy připravila?

Trh i přání spotřebitelů si za těch 33 let vyžádaly stovky a stovky nových výrobků, nemáme je spočítané. Nové perníčky mnohdy starší odsonou svou kvalitou nebo vzhledem. Stává se nám koníčkem nabízet stále novější kousky a sledovat, s jakou ochotou a radostí jsou spotřebiteli přijímány. Tím se přesvědčujeme, že děláme to, co je užitečné, to, co ostatní lidé dokáže potěšit. Naplňujeme tak svou filozofii.

za odpovědi poděkovala Eva Brixi

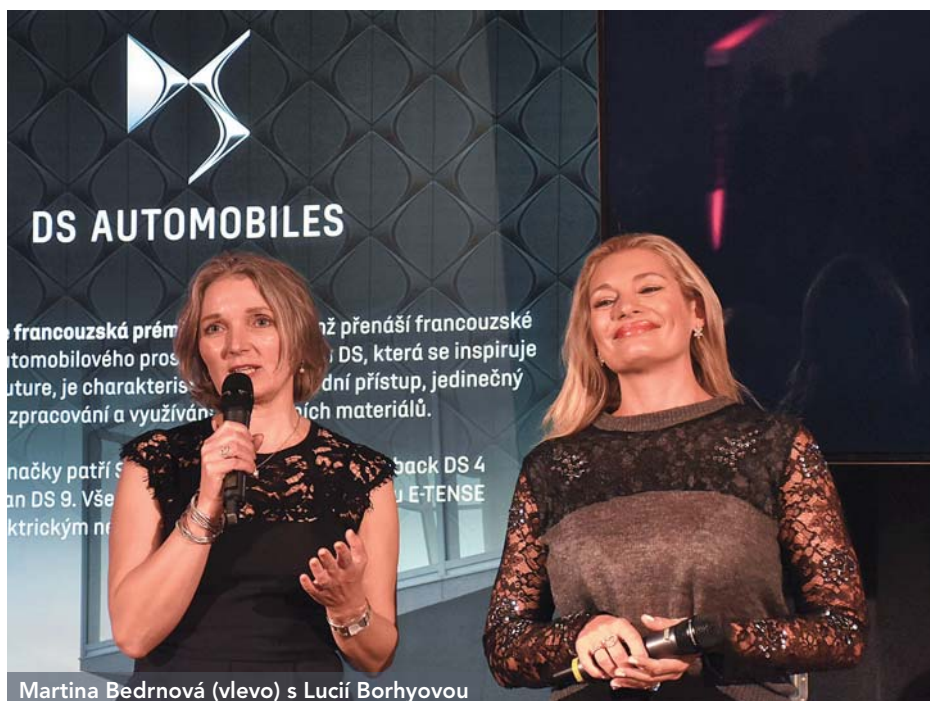


Hostina kreativity automobilů DS a osobitých váz

Sklářský výtvarník a designér František Jungvirt a francouzská automobilka DS Automobiles představili loni společný umělecký projekt. K němu přizvali další luxusní značky: cukrářský boutique Věnečky Janeček, floristické studio Provoní a české hodinářství Prim. Výsledkem spolupráce, jež probíhala pod záštitou festivalu Czech Design Week, je série uměleckých fotografií. Ústředním objektem focení v jedinečném prostoru DS Store Praha se stal vůz z limitované edice DS 7 Crossback Louvre. Vznikly tak unikátní fotografie, jejichž autorkou je Anna Pleslová.

Sklářského výtvarníka, jenž tvoří pod svou eponymní značkou františek jungvirt, a zároveň působí jako kreativní ředitel Klimchi, a automobilku DS spojuje každoroční účast na designových festivalech jako například Czech Design Week. Ostatně, právě zde nápad na společný projekt vznikl. S dalšími zapojenými značkami pak designér spolupracuje pravidelně – Jungvirtovy vázy zdobí jejich butiky a showroomy.

„Luxusní auta, skleněné vázy, řemeslné sběratelské hodinky, barevné květiny i uměleckou cukrařinu běžně obdivujeme na produktových fotografiích nebo v rámci stylingů pro magazíny. Ty se však vždy soustředí na jeden konkrétní objekt. Mně šlo o vytvoření neobvyklého prostředí pro focení a propojení různých produktů. Společným jmenovatelem všech zapojených značek je umělecký přesah, historický odkaz a špičkové řemeslo. Z toho důvodu



Martina Bedrnová (vlevo) s Lucí Borhyovou

jsem přesvědčený, že si jednotlivé objekty na fotografických zátiších nekonkurují. Právě naopak, vzájemně komunikují a společně tvoří synergii,“ vysvětlil tehdy svůj umělecký záměr František Jungvirt.

Výstavní síň sladkých věnečků, luxusních hodinek, skleněných karaf a záplavy květin se stal automobil DS 7 Crossback Louvre. Jeho interiér na první pohled zaujme sedadly z černé kůže Nappa Black Art Basalt s proplétáním Bracelet. Ze stejné kůže je i dekor na palubní desce a ve výplních dveří. Dalšími charakteristickými prvky jsou perleťové prošívání a gilošování Clous de Paris, volant ručně obšitý kůží a vytlačený reliéf s motivem pyramid a štítek s nápisem Louvre na přístrojové desce. Motiv pyramidy se pak objevuje i na obvodu řadič páky.

Výběr automobilu nebyl náhodný. Jak jeho název napovídá, je inspirovaný francouzským muzeem Louvre, nejnavštěvovanější světovou institucí prezentující umění. „Společnost DS Automobiles je partnerem muzea Louvre od svého vzniku v roce 2014. Jde o spolupráci založenou na spojenectví historického dědictví a modernosti. Od roku 2020 se Louvre stalo exkluzivním podpisem pro limitovanou řadu vozů DS. Posádka může během cesty obdivovat nejvýznamnější umělecká díla muzea, jež se zobrazují na středovém displeji. Výběr obsahuje celkem 182 děl, mezi nimi i sochu Níké Samothrácké, portrét Mony Lisy od Leonarda da Vinciho, Veroneseho Svatbu v Káni galilejské či Napoleonovu korunovaci od Jacquese-Louise Davida,“ vysvětlila Martina Bedrnová,



Brand Director DS Automobiles pro Českou republiku.

DS Automobiles tak přichází s novými způsoby, jak objevit lásku k umění a kultuře. Jedním z nich byla právě spolupráce na sérii uměleckých fotografií s Františkem Jungvirtem.

Martiny Bedrnové jsem se posléze zeptala:

Podpora značky DS prostřednictvím neotřelých nápadů, vztahů s umělci, designéry, užítým uměním, to je přesně vaše parкета. Čím vás to naplňuje?

Značka DS má ve svých genech odvahu, kreativitu, neotřelý přístup k tvorbě automobilů a jedinečný design je jedním z hlavních atributů, proč si zákazníci naše vozy vybírají. Snažíme se vždy využívat prémiové, vysoce kvalitní materiály, dokonalé zpracování, překvapivé momenty a naplňovat moto haute couture v oblasti automobilů. Proto vyhledáváme i partnerství či spolupráce, které s tímto naladěním značky DS perfektně souzní.

Přátelství a projekty, jimiž vstupujete do povědomí náročného zákazníka, tvoří krásnou přidanou hodnotu značky, která má výjimečnou možnost nabídnout o trochu víc než noblesní automobil. O jakou strategii se v ČR opíráte?

V rámci partnerských projektů chceme zasáhnout novou cílovou skupinu zákazníků či potenciálních obdivovatelů naší značky, kteří mladou francouzskou značku DS třeba ještě neznají, ale vyznávají podobné hodnoty, jsou zaměřeni na styl, odlišeni a komfort a vozy DS by je mohly oslovit. Strategii podobného propojování využíváme úspěšně již několik let. A stejně tak pracuje i naše mateřská společnost ve Francii, kde se též inspirováme.

A co to přináší klientům?

Zákazníci objevují skrze tyto spolupráce naše vozy přirozeně v prostředí, které je jim známo a je pro ně již jasně vymezené, mají k němu důvěru. DS se zde prezentuje vždy velmi decentním způsobem. Je to v podstatě takový bonus, a nabízíme tak zákazníkovi možnost se seznámit, pokud o to stojí, tím, že značka DS

tzv. přijede za ním. Spojujeme se vždy jen s projekty, které zcela ladí s naší filozofií přenesení know-how francouzského luxusu do prostředí automobilů.

Jak vzniklo spojení s výtvarníkem, sklářem Františkem Jungvirtem?

S Františkem jsme se seznámili na přehlídce designu Czech Design Week, která se konala loni v září v pražském Mánesu, a kde František vystavoval své úžasné skleněné vázy, vyráběné malými českými sklárskými. Ve své práci se většinou vrací k neklasičtější odkazům českého sklárství, které spojuje s dalšími im-



pulzy, často využívá nové, náročné a ruční postupy. Napadlo nás, že oba objekty – naše vozy DS i jedinečné vázy mají společné poměrně složité technologické postupy. Navíc se oba produkty snaží ztělesnit jedinečný objekt, který si zákazník považuje jako „umělecké dílo“, a můžeme je zajímavě ukázat spolu – křehkost skla a technicko-designový charakter automobilu DS. Proto jsme se rozhodli zrealizovat společný umělecký fotoprojekt. František Jungvirt využívá ve své tvorbě např. i neobvyklé uranové sklo, které v určitých podmínkách dokáže vytvářet zajímavé světelné efekty připomínající barvu paliva, proto jsme zrovna tuto vázu fotili v prostoru motorového ústrojí vozu DS 7. Smaragdově zelená váza z letošní

kolekce Wavy neobvykle postavená u kola vozu s promyšleně naaranžovanou květinou symbolizuje rychlost a dravost automobilu. Také další umělecká zátěží v sérii pracují s určitou naivitou a nadsázkou, ať už jde o vázy připoutané bezpečnostními pásy, hostinu v kufru vozu, či galerii váz na kapotě. František Jungvirt je sklářský výtvarník, designér a malíř skla. Patří mezi nejoriginálnější představitele mladé generace českých sklářských tvůrců. Vedle designu užitných předmětů se věnuje tvorbě uměleckých objektů, instalací a omezených sérií ze skla. Je absolventem oboru sklomalba při SOŠ v Třeboni a ateliéru skla na pražské UMPRUM, kde studoval pod vedením Ronyho Plesla. Svá díla prezentoval na výstavách u nás i v zahraničí – Londýně, New Yorku, Paříži, Miláně, Basileji, Jeruzalémě nebo japonském Takamatsu.

Vzejde z prvotního projektu trvalejší kamarádství?

Uvažujeme o nějaké další formě spolupráce, ale vše je zatím ještě ve fázi neučesaných nápadů a vymýšlení.

Co v podobném smyslu chystáte letos?

Uvidíme, rozhodně nás mladí designéři velmi zajímají a inspirují. Jejich nápady, často ještě nespoutané ekonomickou a produkční realitou, jsou bezesporu to, co může design i umění posouvat kupředu. I letos budeme součástí Czech Design Weeku. A také jsme se spojili s akcí mladých módních návrhářů, kteří se představují na přehlídce We Are Next. Na obou událostech chceme ukázat naše novinky, zejména novou DS 3, která již brzy přijde do ČR.

Ke značce DS u nás už patří řada tváří výjimečných osobností...

Značka DS v České republice již dlouhodobě spolupracuje s osobnostmi z oblasti kultury: s houslovým virtuosem Jaroslavem Svěceným, s moderátorkou Lucií Borhyovou, s módní návrhářkou Natali Ruden a nejnověji také s mladým zpěvákem Timmym Whitem.

za odpovědi poděkovala Eva Brixí



foto Anna Pleslová

V teplických lázních máme letos již 869. sezónu



Yveta Slišková

Lázněmi mne provázela obchodní ředitelka Yveta Slišková. Zároveň mi nabídla osvěžení v úžasném Thermaliu, srdci teplických pramenů. A to byl zážitek, mimo jiné také estetický, je tam totiž krásně. Kdo si to nevyzkoušel, těžko uvěří. Proslavený termální pramen má teplotu 41,5 °C, v lázních se zchladzuje na 38–37 °C a využívá ke koupelím a masážním procedurám... V teplických lázních letos probíhá již 869. sezóna. Jsou nejstaršími lázněmi ve střední Evropě. Říkalo se jim kdysi Malá Paříž. Nebo Salón Evropy. Přijížděly sem také mnohé slavné osobnosti. Třeba Beethoven. Jim je zasvěcena Lázeňská ulička, kde se o celebritách dějin a o Teplicích dovíte ledasco. Od doby svého vzniku ve 12. století Lázně Teplice nepřetržitě slouží svým hostům. V 16. století slavný zakladatel lékařství Paracelsus zařadil Teplice mezi deset nejlepších lázní světa. Ale více o zdejších unikátu Yveta Slišková:

Vážně je uprostřed města termální pramen? Kolik vody za hodinu vychrlí a kolik se jí každý den v lázních zužitkuje?

Je to takový malý zázrak. Léčivé prameny vznikají ve vulkanickém masivu mezi Krušnými horami a Českým středohořím v hloubce jeden kilometr pod lázněmi. Tady nabírají mimořádné složení více než 18 000 let. Opravdu tolik. Vzniká tak přírodní, mineralizovaný pramen, jmenuje se Pravřídlo, hydrogenuhličitan-síranosodného typu se zvýšeným obsahem fluoridů, přesně 7,43 miligramů na jeden litr, s příměsí radonu a bohatým obsahem minerálů a stopových prvků. Pravřídlo je silný pramen. Každou hodinu vydá 30 000 litrů, v celých láz-

Když jsem onehdy seděla v čekárně u zubaře, snažila jsem se myslet na všechno možné, jen ne na to, co mne čeká. Představovala jsem si, jak mlsám v cukrárně ten nejnadýchanější dortík, jak si vybírám novou jarní sukni a k ní tón v tónu tenisky nebo jsem vzpomínala na nedávnou návštěvu teplických lázní. To byla paráda. V myšlenkách jsem se nořila do tamní termální vody, která člověku dokáže odplavit z mysli všechnu negaci...

ních se pak za jediný den využije k léčebným kúrákům takřka milion litrů pramene. A přesně touto vodou u nás pomáháme dostat se lidem do kondice. Nejčastěji k nám jezdí ti, kteří mají potíže například s pohybovým aparátem. Ale léčili se tu už staří keltové, a dokonce Římané.

Ale hosté u vás netráví čas jen tím, že by mysleli na své nemoci, vidíte?

Těch, kteří se trochu potřebují dát dohromady, je určitě více než těch, kteří si u nás chtějí jen odpočinout, relaxovat, vypnout. Jsme otevření jak těm, kterým pobyt hraří pojišťovna, tak samoplátcům. Těch přibývá, protože pobyt v lázních někteří vyměnili za klasickou dovolenou v cizině. Máme mnoho variant, každý si u nás může vybrat. Velmi využívaný je program Senior na pět nocí, který nabízí ubytování s polopenzí, pobyt v solné jeskyni, cvičení v Thermaliu a mnoho dalšího, co vyhovuje už nejen starším klientele. Stal se totiž nesmírně oblíbený. Loni u nás pobývalo více než 12 000 klientů, z toho 4500 pojištěnců, ale tato čísla nejsou tak směrodatná. Důležitější je údaj, který nazýváme klientoden, to je ukazatel výkonnosti lázní, a měřeno tímto tvořili v minulém roce pojištěnci 70 % objemu „odbavených“ hostů. Jinými slovy, měli jsme úspěšný rok, a i nyní máme skoro pořád obsazeno. Otevíráme proto i dependance.

Doporučuji se delší lázeňské pobyty, ale přece jen, dnes nemá nikdo na nic čas...

To je pravda, ale i váš organismus chce své. Ten věčný kolotoč, v němž žijeme, palba informací, stres, to se může vymstít. Léčebné programy máme nastaveny od sedmi nocí. Kratší pobyt je také možný, ale už nespadá do kategorie léčebných, ale spíše odpočinkových, relaxačních. Každopádně jakákoliv návštěva lázní je investicí do prevence a údržby kondice.

Každý lázeňský dům má všechny procedury pod jednou střechou?

Ano, pacienti a hosté nemusí přecházet někam jinam, mají pro sebe vždy komfort na jediném místě. Největší a nejstarší je Lázeňský dům Beethoven, pro rodinnou atmosféru jsou oblíbené Kamenné lázně, své klienty mají též Císařské lázně. Nové lázně aktuálně využíváme pro hu-

manitární účely. Všechny objekty se nacházejí v centru Teplic, jsme takové město ve městě.

Jaké metody léčení používáte?

Je jich mnoho. Naši fyzioterapeuti jsou velmi zkušení a dokážou téměř nemožné. Rehabilitace je předepsána každému na míru, podle rozhodnutí a doporučení lékaře. Používáme speciální manuální techniky na přetížené svaly, odstraňují se tak například kloubní blokády. Metoda polohování má za cíl snížení kontraktur zkrácených svalových skupin, při tom dochází k protažení měkkých tkání a oddálení kloubních ploch, zlepšuje se tím pohyblivost a rovněž odstraňují blokády. Vyhledávaná je reflexní masáž, vhodná ke zmírnění funkčních degenerativních a druhotných onemocnění pohybového aparátu.

Lázeňští hosté se vždy velmi těší na léčivé koupele. Je to tak?

Je. Termální procedury jsou jedny z nejoblíbenějších. Koupel v mineralizované vodě vás krásně uvolní, a navíc se skutečně významně podílí na zmírňování obtíží při chronických zá-
nětlivých a degenerativních onemocněních kloubů a páteře a při poruchách prokrvení. Čili zregeneruje tělo a povzbudí vašeho ducha. Po



koupeli si vychutnáte suchý zábal, můžete v klicdu odpočívat. Podobně je to s uhlčitou koupelí, tu mohou i kardiaci. Nabízíme také perličkovou koupel, podvodní masáže, hydromasáže. Jsme zařízení i pro vozíčkáře a pro lidi, kteří se obtížně pohybují. Máme vyhřívaná vodní lůžka pro ty, kteří si nepřejí masáž ve vodě.

Horký pramen plný minerálů je tím nejpovažovanějším, který přitahuje pozornost veřejnosti?

Termální voda je pro nás nejdůležitější médium při napravování lidských potíží, proto rozšiřujeme počet van, chystáme se na větší rekonstrukci prostor přízemí Lázeňského domu Beethoven, kde probíhají „vodní“ procesy, a na přestavbu recepce a praktičtějšího využití vstupních prostor. Naše plány jsou ambiciózní, proto je budeme muset rozdělit do dvou etap. Rádi bychom začali po skončení sezóny v závěru roku. Odhadujeme, že zavřeno bude do poloviny ledna. Rádi bychom též reorganizovali systém vodních procedur, aby vše vyhovovalo klientům i personálu více, aby to zde bylo vzdušnější, zajímavější, noblesnější. Do takového zázemí stojí za to investovat. To bude tedy předmětem druhé investiční etapy. Svého termálního pramenu si velmi vážíme, nachází se 51 metrů pod zemí, je naštěstí dostatečně vydatný a dle slov našich klientů zázračný.

Přijíždějí k vám třeba na prodloužený víkend skupinky kamarádek nebo nadmíru vyčerpáných žen z businessu, aby tu přišly na jiné myšlenky?

Určitě ano, i když být zcela přesná nemohu, nesledujeme totiž klienty podle zaměstnání nebo důvodu, proč k nám zavítali. Často si kratší pobyt objedná třeba matka s dcerou, manželé, ale právě i kamarádky, které buď společně chtějí prožít pár pěkných dnů, po-

povídat si, a hlavně si odpočinout. Pro ty máme bohatý výběr nejrůznějších masáží od té klasické přes aromaterapeutickou masáž, masáž plosky nohy, Beauty rituál, medovou detoxikační masáž či masáž proti celulitidě. Velmi vyhledávaná je ájurvédská masáž hlavy, obličje a celého těla. U té je dokázané, že zpomaluje stárnutí, zlepšuje kvalitu spánku, zvyšuje tělesnou výkonnost nebo zmírňuje projevy artritidy. Tuto masáž provádí rozený Ind a má stále obsazeno, v brzké době bychom chtěli tuto nabídku rozšířit, abychom



vyšli vstříc všem zájemcům. Takzvané dámské jízdy jsou stále oblíbené a my jim fandíme, dříve jsme měli dokonce takto nazvaný jeden program.

Lidé z businessu se často lázní obávají, protože bez své firmy prostě nedovedou být. Co jim nabídnete?

Jeich pobyt se dá zorganizovat tak, aby měli čas i na práci. V mnoha pokojích je připojení k wifi, mohou si vyřizovat záležitosti mezi jednotlivými procedurami, mohou si vzít notebook do kavárny, nemáme s tím problém. Avšak v některých pokojích lázeňských budov jsou tak silné zdi, jde přece jen o historické objekty, že tam wifi nefunguje.

V letáčku o lázních jsem se dočetla, že využíváte i fototerapie. Oč jde?

Podstata spočívá v působení světla na lidský organizmus, světlo, které se používá, má podobné složení jako sluneční. Tato terapie je velmi účinná proti sezónním depresím, je zaměřena na posílení imunitního systému, vhodná při zánětlivých kloubních onemocněních, dokonce ke snižování nadváhy, krevního tlaku a cholesterolu v krvi. Takže ideální pro lidi zasažené civilizačními neduhy.

A jak funguje vaše solná jeskyně?

Báječně! Stačí jeden vstup a účinky jsou stejné jako tři dny u moře. V tomto prostředí nasytíte organizmus jódem, draslíkem a selenem. Procedura ulevuje zejména alergikům a astmatikům, pomáhá při kožních onemocněních, ale

je příjemná všem. Může ji využívat i veřejnost, pokud je právě volno.

Stejně jako například vyhlášený bazén s teplou vodou nebo ten vedlejší plavecký?

Ano, velký zájem nás těší. Do Thermalia není možné se objednat na konkrétní termín. Buď je volno, nebo musejí klienti chvíli počkat. Máme to totiž zařízení tak, že přísně hlídáme počet lidí právě v bazénech, aby nebylo přeplněno a každý měl určitý komfort a mohl si pobyt náležitě užít. Když je třeba počkat, můžete se zatím sednout do naší restaurace a kavárny, ochutnat kávu, něco malého k tomu. Vyhlášení jsme našimi vlastními větrníky, ale od externího dodavatele nakupujeme i vynikající zákusky, vždy si vyberete. Lze u nás i poobědvat nebo si dát sklenku vína.

Restauraci Café Restaurant Beethoven jste zasvětili věhlasnému umělci, který se v lázních také léčil, napsal v nich i některé skladby. Má ojedinělý design, na ubrusech je vyšitý umělcův podpis...

Tyto prostory jsou naší chloubou, restaurace se nachází v přízemí Lázeňského domu Beethoven a provozujeme si ji sami. Pořádáme zde různé akce – ochutnávky vín, klavírní večery, pronajmout si prostory mohou i firmy k nejrůznějším setkáním, a je pravdou, že jsme dost vytížení. Jinými slovy, stále se tu něco děje.

Když jsem procházela jídelnou a viděla pestrou nabídku pokrmů se spoustou zeleniny, sbíhaly se mi sliny. A krásně to tam vonělo...

Na stravování si dáváme záležet. Snažíme se o to, aby si každý vybral, ale zároveň dbáme na skladbu jídelníčku tak, aby více odpovídala tomu, že se návštěvník jede do lázní zregenerovat. Tedy ne na lukulské hody. Zaměstnáváme nutriční terapeutku, která dohlíží na vyváženost jídelníčku a při specifických potřebách pomáhá hostům sestavit stravování tak, aby výživa byla podporou léčebného efektu pobytu v lázních.

Do programu jste zařadili i pitnou kúru Bílinská kyselka. Čemu prospívá?

Dá se jí regulovat pálení žáhy, napomáhá regenerovat játra, stimuluje látkovou výměnu, je účinná při dně. V průduškách rozpouští hleny, ovlivňuje rozpouštění žlučkových kamenů, doporučuje se i na zmírnění kloubních obtíží. Takže když si dáte dvě deci minerálky před jídlem, jen tím svému tělu prospějete.

Takže na zdraví?

Především na zdraví. Zvu všechny, kteří u nás ještě nebyli, ale i ty, kteří touží se k nám vrátit.

za rozhovor poděkovala Eva Brixí



Péče o střeva součástí našeho životního stylu

Naši předci netušili, co nějaká probiotika jsou. Žili v souladu s přírodou, nebáli se pohladit prase, králíka, spali a chodili bosí v trávě, nemyli si každé jablko, které spadlo ze stromu. Náš životní styl je odlišný. Zaprodaný modrému světlu z obrazovek, explozi informací, tlaku na výkon i snaze být nejlepší. Co tomu říkají naše střeva, naše každodenní pohoda? I na to je odpověď. Najdete ji v rozhovoru s Ing. Kristínou Smorádkovou, projektovou manažerkou značky BODY&FUTURE Laboratories. Ta začala s výrobou tekutých probiotik. Po dlouhé době studování vědeckých publikací, výzkumů a nejnovějších poznatků postupně odhalovali odborníci souvislosti mezi kondicí střev a naším celkovým zdravím. Výsledkem usilovné práce, výzkumu a vývoje, je tekutý probiotický doplněk stravy BODY&FUTURE Laboratories Probiotics.

Probiotika v tekuté formě od BODY&FUTURE Laboratories jsou obohacena o akácie a butyrát. Akácie má mnoho pozitivních účinků. Například ovlivňuje tukový a glukózový metabolismus a při pravidelném užívání může mít pozitivní vliv na snižování BMI i celkového procenta tuku v těle. Přínosná může být i v prevenci a léčbě cukrovky 2. typu. A to díky snižování hladiny glukózy v krvi. Stejně tak má akácie skvělé antioxidační vlastnosti a má

V současnosti se čím dál víc odborných studií, ať už zvířecích, nebo i klinických, zabývá právě vlivem probiotik na psychiatrické onemocnění, jako je deprese nebo úzkost. Výsledky vypadají opravdu slibně a ukazují, že to, co se předpokládalo, že je opravdu pravda, a probiotika mohou být nápomocná při zmírňování symptomů těchto onemocnění.



Ing. Kristína Smorádková

vliv na zvyšování imunity. Ovesná mouka přítomná v tekutých probiotických zase slouží jako potrava a pomáhá udržovat probiotika v lánvi živá a aktivní. Butyrát je esenciální součástí našich střev, jež v našem organismu zajišťuje mnoho funkcí. Ačkoliv se butyrát vyskytuje v těle přirozeně, je důležité ho doplňovat i z výživových doplňků stravy, a to proto, že především obézním lidem a těm, kteří trpí různými onemocněními, se tvoří v menším množství. Právě přítomnost butyrátu způsobuje specifickou chuť a vůni tekutých probiotik od BODY&FUTURE Laboratories.

Jsou dnes pro člověka probiotika takřka nezbytná? Proč ale?

V lidském střevě se nachází okolo 100 biliónů mikrobiálních buněk, které nazýváme právě souhrnným pojmem mikrobiom. Zastoupení jednotlivých mikroorganizmů je ve střevě různorodé a kromě prospěšných „dobrých“ bakterií se tam nacházejí i ty zlé (patogenní) bakterie. Všeobecně platí, že tento mikrobiom musí být v rovnováze, takže dobré bakterie by měly převyšovat zlé bakterie. Avšak střeva a střevní mikrobiom představují velmi dynamický systém, který je citlivý i na malé změny. Nepříznivě ho může ovlivnit stres, kouření, alkohol, nezdravá strava, nedostatečná strava, vysoký level fyzické zátěže, různá onemocnění, lé-

ky, viry přirozeně se vyskytující ve střevěch a velký soubor dalších interních a externích faktorů. Z tohoto důvodu je neskutečně důležité starat se o svůj mikrobiom, starat se o naše dobré bakterie ve střevěch, které mají vliv na správné fungování nejen našeho trávení, ale i množství jiných věcí, jako je například spánek, dobrá nálada, hospodaření s glukózou či cholesterolem, boj proti patogenům. Péče o mikrobiom musí být dlouhodobá a pravidelná. Spočívá ve správně vyvážené a nutričně bohaté stravě, která bude bohatá na vlákninu a nebude obsahovat velké množství nezdravých tuků, aditivních látek či jiných toxických látek, které na bakterie nepůsobí příznivě. Kromě toho je však důležité i přijímat probiotika z externích zdrojů, aby se střevo opakovaně kolonizovalo dobrými bakteriemi a aby probudily/aktivovaly pomocí přijatých bakterií ty původní, které v tom střevě přirozeně jsou. Je velmi důležité dbát na neustálou obnovu střevních bakterií, podporu jejich životaschopnosti, jejich množství, a tím podporu celkového zdraví organismu.

Lékaři a výživoví poradci je doporučují, mnozí z nás je polykají v tabletkách při snídani. Prý v této formě nejsou ale tak účinná.

Probiotické výživové doplňky v kapslích obsahují bakteriální kultury v lyofilizované formě,

což znamená, že jsou sušené mrazem. Tento zákrok bakterie neusmrcuje, jen je deaktivuje, takže jednoduše řečeno jsou ve „spánkovém režimu“. Potom, jakmile člověk užije kapsli, začíná přechod přes trávicí trakt až do žaludku. V žaludku se aktivizuje trávení, začnou se tvořit žaludeční šťávy, které jsou určené k rozkladu vnějšího obalu kapsle. Po rozpadu obalu se obsah kapsle (takže probiotika v podobě prášku) vysype do žaludku a mikroorganismy jsou přímo vystaveny působení nepříznivých žaludečních šťáv, které je postupně začínou rozkládat a usmrcovat. Následně se zbytek mikroorganismů dostává do střev.

Tekutá probiotika se však do těla dostávají už přímo v živém a aktivním stavu, a množství přežívajících mikroorganismů je nesrovnatelně vyšší. Další výhodou je, že se neúčastní trávení, protože tekutiny se všeobecně nepodílejí na trávení, a tedy se v žaludku zdrží minimum času. Přechod přes žaludek je rychlý, následně putují do střev, kam přijdou už v aktivním živém stavu, což jim umožňuje střevo kolonizovat a zapojovat se do všech procesů. Účinek je tedy výrazně vyšší.

Takže váš tým „zkonstruoval“ nová probiotika, a to tekutá, která jsou pro lidský organismus přínosnější?

Přesně tak. Bakterie jsou v tekutém základu s obsahem živin (prebiotika), které jsou jejich potravou a zdrojem energie, jsou živé a aktivní. Přítomná prebiotika napomáhají bakteriím i v jejich adaptaci na nové podmínky potom, co se dostanou do vnitřku organismu. Ještě přímo v tekutém základu se bakterie množí, produkují metabolity, které jsou také prospěšné pro náš organismus a do těla se dostávají už v této živé a aktivní formě. Navíc spolu s nimi do těla pronikají

i metabolity nebo látky, které vyprodukují a které mají pozitivní účinek také. Dalším benefitem je, že nespouští trávení, neúčastní se na něm, a tím pádem nejsou až v takové míře vystaveny negativnímu prostředí žaludečních kyselin a později v procesu také vlivu žlučových kyselin.

Podstatné je také zmínit, že náš produkt neobsahuje chemickou konzervaci, která se v současnosti často v potravinách nebo výživových doplncích nachází. Chemické konzervanty jsou látky určené na usmrcování mi-

kroorganismů, proto by se neměly nacházet v probiotických výživových doplncích. Z vědeckého hlediska je zároveň dávno dokázáno, že chemické konzervanty mají z dlouhodobého pohledu negativní dopad na lidský organismus.

Kde je český zákazník koupí? A za jakou cenu?

Jelikož produkty vyrábíme čerstvé na základě objednávky, tak se dá produkt BODY&FUTURE Laboratories Probiotics koupit jen prostřednictvím našeho webu www.bodyandfuturelab.com/cz. Prodej na e-shopu zatím probíhá v e-rech, takže ceny jsou následující:

- 1 týden = 35,19 eur
- 2 týdny = 65,44 eur
- 4 týdny = 120,90 eur.

Toto jsou tři programy, které nabízíme, přičemž je na posouzení a zvážení každého zákazníka, který si vybere. Avšak z hlediska znalostí, které o probiotice máme, by měli lidé probiotika užívat dlouhodobě a nejlepší by bylo, kdyby si zvolili právě ta měsíční balení, která jim napomohou v dlouhodobé podpoře střevního mikrobiomu.

V blízké budoucnosti plánujeme pro Českou republiku spustit prodej výhradně v českých korunách. Myslíme si, že tato verze bude pro zákazníky o mnoho příjemnější a schůdnější.

Někdo tvrdí, že jaká střeva, taková hlava. Jak souvisí zdraví střev s psychikou, náladou, spánkem, chutí do života?

Střeva a mozek jsou přímo propojené takzvaným bloudivým nervem, odborně se nazývá nervus vagus. Tento nerv je zodpovědný za aktivaci různých svalů, jako jsou například svaly hltanu a hrtanu, jeho vlákna se stahují až do jazyku, a dokonce mají vliv i na signály, jako je nausea či hlad. To však není všechno. Propojení mozku a střev funguje i prostřednictvím látek, které jsou produkovány ve střevě právě činností střevních mikroorganismů a jsou přímými předchůdci látek, jako je serotonin a melatonin. Kromě toho je také známo i to, že střevní bakterie mají souvislost s hospodařením glukózy, nebo i cholesterolu. V současnosti se čím dál víc odborných studií, ať už zvířecích, nebo i klinických, zabývá vlivem probiotik na psychiatrické onemocnění, jako je deprese nebo úzkost. Výsledky vypadají opravdu slibně a ukazují, že to, co se předpokládalo, že je opravdu pravda, a probiotika mohou být nápomocná při zmírňování symptomů těchto onemocnění.

Když nám probiotika posilují imunitu, znamená to, že můžeme konzumovat méně ovoce a zeleniny?

Určitě ne, zelenina a ovoce jsou v naší stravě velmi důležité. Kromě toho, že obsahují širo-



kou škálu mikronutrientů, takže různé vitamíny, minerály, nebo i antioxidanty, obsahují také vlákninu, která jak víme, je velmi důležitá právě pro naše střevní mikroorganismy.

A jak se snáší váš přípravek s tím vším, co pro lepší kondici užíváme? Třeba s vitamíny, od C až po ty méně známé, třeba vitamín K, nevdá koenzymu Q10, selen, zinku, kolagenu? A jak miluje dortíky, zmrzliny nebo kávu? Nepere se s nimi?

Biologicky aktivní látky uvedené v otázce jsou přirozenou součástí potravin, případně výživových doplňků. Tyto látky tedy běžně přicházejí do kontaktu s lidským mikrobiomem. Dokonce existují i výživové doplňky, které obsahují kombinaci probiotik s výše uvedenými látkami. Tyto produkty jsou však převážně v práškové či tabletkové formě, kde nenastává výrazná interakce jako v případě tekutých produktů. Rafinované cukry, alternativně hydrogenované tuky či aditiva jako například barviva, zahušťovadla, chemické konzervanty nebo ochucovadla, která se v potravinách, jako jsou koláče či zmrzlina, mohou nacházet, nejsou vhodné pro lidské zdraví ani pro střevní mikrobiom (či probiotika). Je dokázáno, že takové látky mohou na náš střevní mikrobiom působit toxicky. Naopak však konzumace kávy v průměrném množství (ideál hovoří o dvou až pěti šálcích kávy denně) může mít na tělo blahodárné účinky. Ve světě celosvětově její konzumace stoupá. Studie dokazují, že složení kávy, zejména obsah polyfenolů (antioxidantů) je pro náš organismus přínosný a příznivý.

Mnozí z nás si myslí, že pití kefíru, požívání jogurtů jim zajistí dostatečně zdravá střeva, jenže jak se ukazuje, není to tak jednoznačné. V čem je potíže?

Kysané mléčné produkty jsou určitě velmi důležitou součástí stravy a lidé by je měli mít do jídelníčku zařazené. Přirozeně, jen v případě, že člověk netrpí zdravotními těžkostmi, které by mu nedovolovaly jejich konzumaci. Problém u těchto potravin je v tom, že ne všechny obsahují živé bakterie, a když je obsahují, tak zpravidla jeden nebo dva probiotické druhy mikroorganismů. Naše tělo jich potřebuje o mnoho víc pro správnou diverzitu (rozmanitost), a tím i potřebné funkce. Pozitivem je, že však obsahují jiné cenné látky.

Každý jsme jiný, každý jsme originál. Podle čeho určit, co mi svědčí, co jíst, pít, co užívat, aniž bychom chodili stále na testy, rozborů, k lékaři? Jak žít rozumně?

Základem je poznat sám sebe. Je důležité poznat svoje tělo a vědět, jak se chová v jednotlivých životních situacích. Je potřeba si uvědomit, co všechno je pro naše tělo negativní,

rizikové a že to je zapotřebí ze života eliminovat. Je potřeba se o naše tělo neustále starat, a to po fyzické, ale i psychické stránce. Nikdo nediskutuje, proč je do automobilu potřeba nalít palivo, chladicí kapalinu, vyměnit filtry, nepřehřát motor a pracovat na správné provozní teplotě, na což je potřebný katalyzátor a podobně. To stejné by mělo platit i pro naše tělo a nemělo by být diskuzí, proč jsou alkohol, drogy, kouření, nezdravá strava, nadměrná psychická a fyzická zátěž, či naopak nedostatek pohybu nezdravé. Je zapotřebí si uvědomit, že více než 50 % onemocnění má souvislost se stravováním a způsobem života. Dlouhodobý a udržitelný zdravý životní styl je tedy prvním pravidlem.



Tekutá probiotika se však do těla dostávají už přímo v živém a aktivním stavu, a množství přežívajících mikroorganismů je nesrovnatelně vyšší.

A to druhé?

Druhé pravidlo je mít co nejpestřejší a nejvyváženější stravu. To znamená mít ve stravě zastoupené všechny makronutrienty, a dbát i na obsah mikronutrientů. Je zapotřebí se přirozeně vyvarovat potravinám, které jsou příliš tučné (hlavně živočišné potraviny), které jsou smažené nebo ošetřené vysokou teplotou. Také se nedoporučují potraviny s vysokým obsahem jednoduchých cukrů, soli, potraviny s vysokým obsahem aditivních látek, průmyslově zpracované. Je třeba sáhnout spíše po čerstvých, nezpracovaných a naturálních potravinách. Do jídelníčku je třeba v přiměřeném množství zařadit libové maso, ryby, mořské plody, zeleninu, ovoce, obiloviny, pseudoobiloviny, luštěniny, kysané mléčné výrobky, ořechy či semena. Důležitá je i příprava jídla v domácnosti. Vy nejlépe víte, jak jste jídlo připravili, co jste do něho použili, kolik koření či soli jste použili. Domácí strava je nad zlato.

V souvislosti s péčí o střeva se často zmiňuje i pohyb...

Ne každý si uvědomuje, že náš střevní mikrobiom je ve velké míře ovlivněn právě fyzickou aktivitou. Při nízké či chybějící fyzické aktivitě nastávají v mikrobiomu nepříznivé změny, protože ho dostáváme do stresu. Naopak při pravidelné a optimální fyzické aktivitě je náš střevní mikrobiom stimulovaný a může se pozitivně rozvíjet. Kromě toho fyzická aktivita nám napomáhá s psychickou pohodou, což je také faktor, který je nesmírně důležitý z hlediska správného fungování střevního mikrobiomu.

Čím nám tedy umí BODY&FUTURE Laboratories pomoci?

BODY&FUTURE Laboratories je značka výživových doplňků, konkrétně pod ní spadá jeden probiotický výživový doplněk v tekuté formě, o kterém jsme hovořili. Je na trhu unikátní. Je sestavený tak, aby komplexně podporoval naše zdraví – obsahuje prebiotika, probiotika.

Pokud bychom shrnuli všechny odpovědi z předchozích otázek, získali bychom základní přehled o tom, proč je střevní mikrobiom nesmírně důležitý, a zejména proč je důležité o něj pečovat.

Představuje systém, kde se nachází sto biliónů mikroorganismů. Tyto mikroorganismy jsou zodpovědné za řadu procesů, které ve střevě denně probíhají, a jsou jejich součástí. Jsou důležité z hlediska rozkladu nestravitelných složek potravy, tvorby mastných kyselin s krátkým řetězcem, boje proti patoge-

nům, ochrany střevní sliznice, podpory a udržování bariérové funkce střeva. Podílejí se na regulaci hladiny glukózy, ale i cholesterolu. Jsou důležité pro psychické zdraví, také pro

zdravou pokožku, imunitu, pohlavní orgány. Střevní mikrobiom má skutečně propojení s celým organismem, a proto se říká, že všechny nemoci vycházejí ze střev. Říká se však také: Jsme to, co jíme. Tato věta přesně zrcadlí, že to, jak se my staráme o naše tělo, o naše střeva, tak se naše střeva (naš mikrobiom) stará o naše zdraví. To je tedy smyslem našeho produktu, který má sloužit na podporu našeho střevního mikrobiomu, má se o něj starat a napomáhat mu v tom, aby správně fungoval. Na to bohužel nestačí jen strava či pohyb a opravdu je potřebné ty probiotické bakterie suplementovat i z externích zdrojů. Náš produkt má tedy pomoci našemu střevnímu mikrobiomu, podpořit ho, pomoci mu najít rovnováhu, aby mohl fungovat tak, jak má.

ptala se Eva Brixí

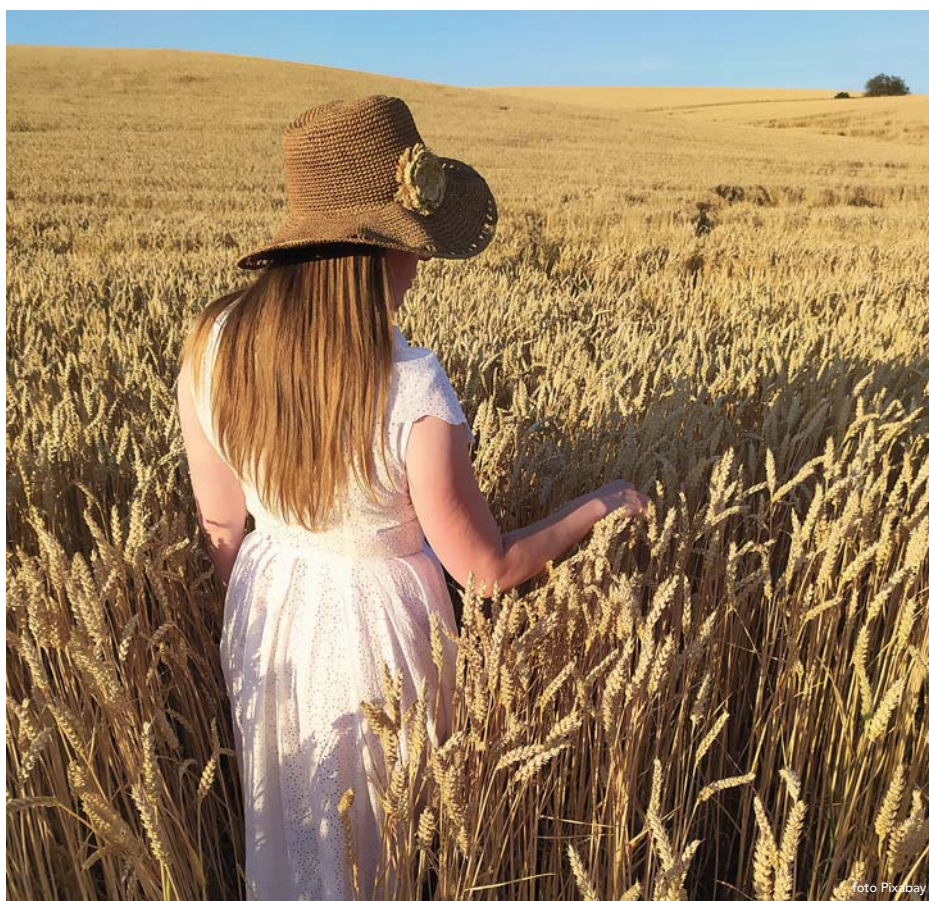
Role žen v zemědělství a venkovském životě

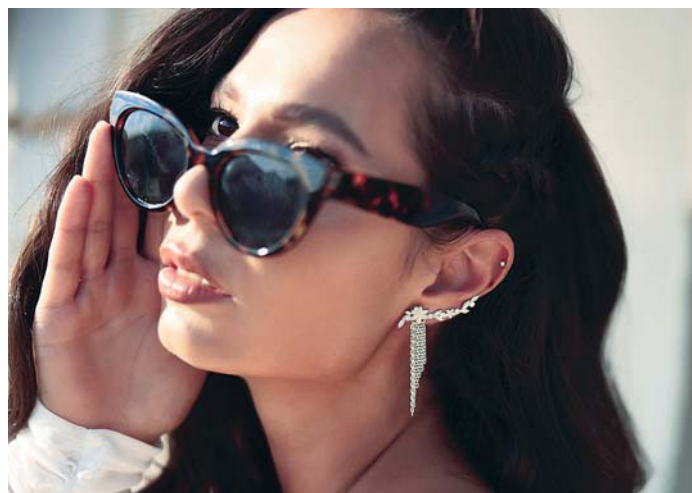
Mendelova univerzita v Brně se účastní tříletého evropského projektu, který se v deseti zemích zaměří na posílení role žen v zemědělství a venkovském životě. Financuje ho Evropská komise, bude kombinovat různé metody výzkumu. Aktivně zapojí farmářky i venkovské podnikatelky. Bude identifikovat vize udržitelné budoucnosti a inovace potřebné k realizaci těchto vizí nejen v rámci farem, ale i celého venkova. V čele projektu stojí irská Univerzita Galway. Na projektu participují univerzity, malé a střední podniky i odborníci ze zemí Evropské unie.

Projekt FLIARA (Female Led Innovation in Agriculture and Rural Areas) pomůže zvýšit povědomí o roli žen v udržitelnější budoucnosti venkova. Napomůže také rozvoji účinnějších politických a správních rámců, díky kterým mohou ženy žijící a pracující ve venkovských oblastech k udržitelnější budoucnosti aktivně přispívat. „Respektujeme a oceňujeme roli generací předkyň, které hrály klíčovou roli v udržování venkovského života, víme, že role žen je klíčová pro přítomnost i budoucnost,“ uvedl profesor Ciarán Ó hÓgartaigh, rektor Univerzity Galway. MENDELU je jednou z partnerských institucí, která se podílí na celkovém řešení projektu. Tým Milady Štátné z Ústavu aplikované a krajinné ekologie Agronomické fakulty bude prioritně zapojen do řešení problematiky role žen v inovacích potřebných pro udržitelné zemědělství a venkov. „Jsme jediným reprezentantem zemí, kde v minulosti proběhla téměř úplná kolektivizace a nacionalizace zemědělství, což se nepochybně projevilo na sociálním prostředí venkova, včetně postavení žen. Naši zvláštností je významný podíl velkých firem, zatímco v ostatních partnerských zemích se

klade důraz spíše na rodinná hospodářství,“ přiblížila roli MENDELU Milada Štátná. Cílem českého vědeckého týmu je následně využít získané zkušenosti pro místní podmínky. „K překonání výzev evropského venkova a využití jeho plného potenciálu je třeba, aby se všichni jednotlivci i komunity účastnili inovací na venkově. Tradičně byly totiž pracovní příležitosti venkovských žen i jejich přínos v tomto směru zastíněny a potlačovány patriarchálním étosem,“ zhodnotila postavení žen Laura Farrell z University Galway, která projekt vede. Ženy mají v Česku nižší příjmy než muži a zastávají méně pozic ve vrcholovém vedení fi-

rem. „Otázkou však je, čím je to způsobeno – nakolik jde o přetrvávání patriarchálního modelu v konzervativnějším venkovském prostředí, nakolik jde o nižší podíl kariéerně zaměřených žen a nakolik může jít o problémy spojené s mateřstvím, včetně otázek rozpadajících se rodin a samoživitelství. Na druhé straně se personalisté začínají shodovat v tom, že optimální jsou smíšené pracovní kolektivy, zahrnující mladé lidi i seniory, muže i ženy,“ přiblížila Milada Štátná. Podle ní je přínos žen specifický díky kombinaci sociálních a ekonomických potřeb žen, které mohou být v tomto prostředí realizovány díky podpoře jejich potenciálu a inovací. (tz)





USHI je naše třetí dítě

Byl to vlastně nečekaný, ale o to milovanější potomek. Jmenuje se USHI a skrývá se za ním značka stříbrných šperků ve znamení zvěrokruhu. Narodil se pod šťastnou hvězdou a přináší radost českým „rodičům“, ale zejména ženám, které se rády kráší. O mladém podnikatelském příběhu jsme si povídali s „otcem zakladatelem“ USHI Erikem Meldikem a „matkou zakladatelkou“ MamaDomishou.



Erik Meldik a MamaDomisha

Jak se zrodila značka USHI? Byla to šťastná náhoda, promyšlený tah několika mladých lidí, nebo něco úplně jiného?

Erik Meldik: Ke zrodu značky USHI se váže zajímavý příběh. Začíná prakticky v okamžiku, kdy se mé partnerce Dominice už poněkoli-
tuté rozlomily v ruce náušnice, které si právě

koupila ve městě. Byla z toho nešťastná, tak jsem jí navrhl, ať se přístě vyhne bižuterii a pořídí si stříbrné. Na to mi odpověděla, že žádné takové originální a trendy ve stříbrném provedení nejsou. To mě zarazilo, nechtěl jsem věřit, že by byla v Česku taková díra na trhu. Napadlo mě, že by tedy mohla vytvořit své vlastní. Domča je v tomhle ohledu nesmírně šikovná,

design je odjakživa její koníček. Po čtrnácti dnech za mnou přišla s tím, že má název. USHI! To mi přišlo dokonalé. Následující rok jsme strávili získáváním potřebného know-how pro start takové značky a v srpnu 2021 jsme spustili první kolekci. V tom okamžiku jsme na vlastní kůži pocítili, jak velký prostor na trhu jsme našli, protože se náušnice během chvíle úplně vyprodaly. To nás namotivovalo k tomu pracovat na dalších modelech a kolekcích. Zanedlouho budeme atakovat hranici 10 000 spokojených zákazníků. Ta základní myšlenka je ale pořád stejná jako na začátku – vytvořit opravdu kvalitní a originální stříbrné kousky. Domča je stále ta, která navrhuje, já se naopak věnuji spíš managementu. Neskutečně jsme se do tohoto oboru zamilovali. USHI jsou takové naše třetí dítě.

Kdy tedy přesně vznikly první vaše šperky a s jakým ohlasem se setkaly?

Erik Meldik: První kolekce byla oficiálně spuštěna v létě 2021. Ohlas byl tak neskutečný, že jsme okamžitě začali pracovat na další kolekci. Došlo nám, že to nebude jen chvilkový

Ke zrodu značky USHI se váže zajímavý příběh. Začíná prakticky v okamžiku, kdy se mé partnerce Dominice už poněkoli-
tuté rozlomily v ruce náušnice, které si právě koupila ve městě. Byla z toho nešťastná, tak jsem jí navrhl, ať se přístě vyhne bižuterii a pořídí si stříbrné. Na to mi odpověděla, že žádné takové originální a trendy ve stříbrném provedení nejsou. To mě zarazilo, nechtěl jsem věřit, že by byla v Česku taková díra na trhu.

projekt, ale naše nové životní poslání a naplnění. Náušnice USHI Kasiopea byla obrovskou trefou, dodnes je to nejprodávanější model.

Podléhá šperkařina módním trendům, nebo se víc cení snaha o originalitu?

MamaDomisha: Řada šperkařských prodejců nevyrábí ani nenavrhuje vlastní šperky. Často je kupují ve velkém množství z továren v Číně. Ta originalita je tedy velmi sporná, stejně jako kvalita. To rozhodně není cesta, kterou bychom chtěli jít. Vše si proto navrhujeme výhradně sami a vyrábíme kompletně v Česku. Co se týká trendů, řekla bych, že ty jsou znát zejména v bižuterii. V drahých kovech jde spíše o klasiku, co přetrvává. A to je něco, co jsme chtěli s USHI změnit. Mít možnost pořídit si opravdu kvalitní kousek, který je ale zároveň originální, ručně vyráběný a odráží aktuální trendy.

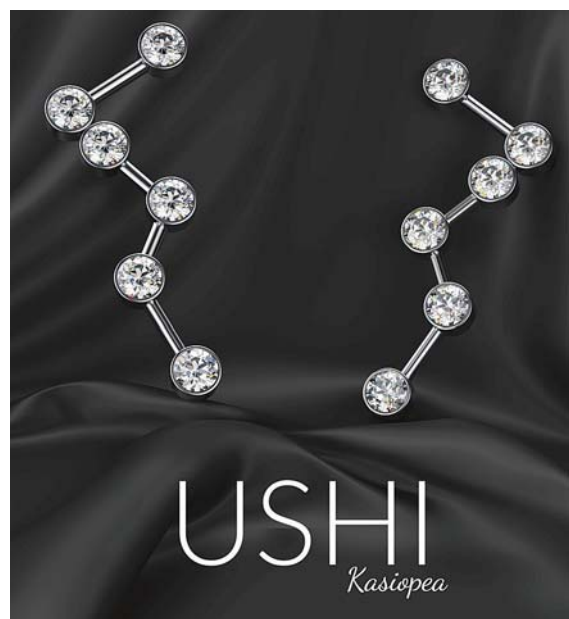
V čem je nová řada unikátní, čím překvapila vás a čím chce nadchnout ženy, které se chtějí líbit?

MamaDomisha: Nová kolekce Souhvězdí Zvěrokruhu částečně navazuje na naše nejpopulárnější náušnice Kasiopea. Ty jsou též inspirované souhvězdím a jejich provedení je elegantní a jemné. Chtěli jsme tedy v tomto duchu pokračovat. Jelikož jsou ale souhvězdí

znamení neskutečně rozmanitá (místy až nepoužitelná pro design náušnice), rozhodli jsme se vytáhnout pouze základní linie a propojit je se symboly zvěrokruhu. Do designu náušnic jsme je přenesli tak, aby každý model měl stejný počet hvězd v podobě zirkonových kamenů a podobnou velikost. Tím jsme měli možnost u všech typů náušnic sjednotit cenu. Věříme, že nová kolekce ženy nadchne svým originálním provedením, jemností, elegancí, kvalitou, ale také praktičností. Díky šroubovacímu zavírání náušnice nositelka neztratí, a navíc s nimi může spát, koupat se, mít je zkrátka neustále. Nová kolekce je zároveň pro ženy, které rády podtrhnou svou osobnost svým znamením zvěrokruhu.

Kam se chcete posunout dál? A můžete ve své tvorbě reagovat na dnešní dobu, její zvláštnosti a potřeby?

MamaDomisha: Snažíme se neustále sledovat trendy po celém světě a inspirovat se na přípravu nové kolekce s nevědními designy. Ale myslíme i na další oblasti. Bohužel se v dnešní době řada lidí potýká s alergií na levné kovy, případně stříbro s obsahem niklu. Na to se snažíme reagovat tím, že dbáme na kvalitu výroby i použitých materiálů. Nikl se v našich náušnicích nevyskytuje, a hodně kladných recenzí tak máme právě od alergiků. Speciálním balonkovým zapínáním jsme se pak snažili reagovat na



ženy, které měly obavy z toho, že si pořídí stříbrnou náušnici, kterou následně ztratí. Díky pečlivému šroubování se však náušnice zabezpečí a riziko ztráty šperku je oproti běžnému puzetovému zavírání zcela minimální. Troufám si tedy říci, že na dnešní dobu, její potřeby a zvláštnosti reagujeme pružně. To je také naší výhodou.

ptal se Pavel Kačer

INZERCE

Stát štědře podporuje spoření na penzi. Využíváte všechny výhody naplno?

Devět z deseti Čechů se nějakým způsobem finančně připravuje na stáří, aby si mohli podzim života užít. Většina dává přednost spoření v penzijních fondech, které měly ke konci loňského roku téměř 4,5 miliónu klientů, přičemž objem uložených peněz dosáhl téměř 585 miliard korun. Kromě zajímavého zhodnocení nabízejí penzijní fondy také řadu výhod díky finanční podpoře státu. Bohužel většina střadatelů o nich neví, a zbytečně se tak připravuje o nemalé peníze.

Stát podporuje spoření na penzi hned třemi výhodami, které dohromady nenajdeme u žádného jiného produktu na finančním trhu. Jsou jimi pravidelný státní příspěvek, daňová úleva a nedanění příspěvku zaměstnavatele. Průzkum NN Penzijní společnosti však ukázal alarmující fakt, že pouze čtvrtina dotazovaných dokázala tyto benefity správně vyjmenovat, natož je čerpat.

Prvním je státní podpora navázaná na výši vašeho měsíčního příspěvku. Pro nejvyšší státní podporu byste si měli každý měsíc ukládat alespoň 1000 korun. Od státu pak za rok získáte 2760 korun. Podle dat Asociace penzijních společností je však průměrný měsíční příspěvek bohužel jen 801 korun, což pro získání nejvyšší podpory od státu nestačí. Chcete-li zároveň využívat i maximální slevu na daních, která činí 3600 korun ročně, musíte měsíčně spořit nejméně 3000 korun. Při plném využití těchto dvou výhod můžete v součtu získat k penzijnímu spoření 6360 korun ročně navíc.

Státní podpora ovšem cílí i na zaměstnavatele. Když vám zaměstnavatel přispívá na penzi, neplatí z příspěvku žádné odvody, a navíc si je může až do výše 50 000 korun za rok odečíst z daní. Zaměstnavatelský benefit se tím stává pro obě strany výhodnější než navýšení platu o stejnou částku.

Není tedy načase spočítat si, zda optimálně využíváte nabízenou státní podporu i vy?

Využít k tomu můžete například kalkulačku NN Penzijní společnosti na stránkách www.nn.cz/penze, kde najdete i spoustu dalších užitečných informací.



Frosch a pět tisíc nově zasazených stromků

Zákazníci ekologických produktů se zelenou žabkou Frosch přispěli k výsadbě 5000 nových stromků v oblasti Moravského krasu. Za každé dva produkty zakoupené u vybraných zákazníků nakoupila a zasadila firma Frosch novou sazenici.

Výsadba 5000 stromků proběhla v oblasti Moravského krasu v místech poškozených suchem a kůrovcem. Do výsadby se zapojili také zaměstnanci, kteří během jednoho podzimního dne zasadili 700 sazenic buků. Výsadba, výběr ploch k osazení a všechny ostatní kroky firma konzultovala se zkušenými lesníky, kteří rozhodli kde a jaký druh stromku bude, aby byl co nejlépe podpořen místní ekosystém. Vybráno bylo osm druhů dřevin od javorů, modřínů, buků až po smrky. Na první výsadbu naváže další, v každém cyklu přitom může být vysazeno až 30 000 sazenic. Projekt to není nahodilý. Značka Frosch každoročně usiluje o to, aby svými inovacemi přispěla k udržování životního prostředí. Rovněž je pro ni podstatné, aby její výrobky byly ekologické během celého životního cyklu. Zohledňuje ekologické principy při výběru surovin a volbě dodavatelů, při práci s energiemi, obaly až po to, aby byly všechny produkty snadno biologicky odbouratelné a obaly zcela recyklovatelné, a pro-

dukty tak nezanechávaly žádnou ekologickou stopu. Projekt podpořil zhruba 450 malých vlastníků lesa v oblasti.

„Podobně jako si klade značka Frosch za cíl dlouhodobou udržitelnost po celém světě, vybírali jsme i pro Českou republiku takový projekt,



který bude mít dopad ještě za desítky let. Než totiž vznikne nový vzrostlý les, trvá to zhruba sto let. Nebylo tedy pochyb, že výsadbu nových stromků bylo nutno podpořit. Moravu jsme vybrali po důkladné konzultaci s odborníky. Byla a je jedním z regionů dlouhodobě nejvíce strádajících vlivem sucha, kůrovce a dalších parazitů,“ uvedl Jiří Krechler, marketingový ředitel společnosti Melitta ČR s.r.o., distributora značky Frosch pro český a slovenský trh. „Chtěli bychom velice poděkovat všem našim zákazník-

kům za podporu, kterou nám dávají. Především díky nim se mohl projekt Zasad' strom se žabkou Frosch realizovat,“ vysvětlila Anna Stoklasová, brand manažerka společnosti Melitta ČR s.r.o., distributora značky Frosch pro český a slovenský trh. „Přestože jsme nikdy neměli masivní reklamní kampaně, je Frosch vnímána jako značka s nejvyšší podpořenou znalostí značky v České republice. Je to jasný důkaz toho, že dobrá zkušenost s našimi výrobky tomu-to aspektu velice napomáhá. Zákazníci nám věří,“ dodala Anna Stoklasová.

Značka Frosch každoročně obhájí certifikaci EMAS, kterou společnost poprvé získala již v roce 2003. EMAS je přitom jedna z nejvyšších a nekomplexnějších evropských certifikací týkající se ekologie a ochrany životního prostředí.

A protože hrálo a hraje dřevo v tomto projektu Zasad' strom se žabkou Frosch velkou roli, doporučuje značka Frosch účinného pomocníka i pro tento materiál. Rovněž ani při výrobě multifunkčního produktu Frosch Čistič na dřevo Frosch nezapomíná na jeho udržitelnou stránku. Pryskyřice v něm obsažená je získávána jako vedlejší produkt dřevozpracovatelského průmyslu, a to výhradně z Evropy. Obalový materiál je vyroben ze 100 % z recyklovaných plastů ze žlutého kontejneru. (tz)



Fejeton

Stejný příběh

Říká se, že nemoc nechodí po horách, ale po lidech. A také, že proti věku není léku. Vědom toho chtěl jsem těmto rčením navzdory dokázat, že nejsme předurčení ve vyšším věku k fyzickému a duševnímu strádání a postupné degeneraci.

S pěti křížky na krku jsem začal pěstovat svůj zdravotní program. Vzdal jsem se zcela alkoholu a rozloučil se i s cigaretou. Den jsem zahajoval rozcvičkou a mírným otužováním, naordinoval jsem si pravidelný pohyb a snažil se i upravit jídelníček. Snížil jsem životní tempo, začal uvědoměle relaxovat a duchovně pokročil na vyšší úroveň.

O patnáct let později jsem se cítil lépe než ve třiceti. Navíc jsem si začal vychutnávat každou chvíli, protože jsem věděl, že život je dar pro toho, kdo si ho dokáže vážit. Vysmál jsem se bonmotu, podle něhož koho ráno v šedesáti nic nebolí, je mrtvý.

Ale opravdová zkouška měla teprve přijít. Ačkoli jsem se cítil naprosto zdravý a plný síly, uvnitř těla začal růst zhoubný nádor. Nemohl jsem uvěřit tomu, když mi po běžné zdravotní prohlídce a různých testech doktor oznámil, že mám rakovinu v terminálním stádiu. „Vyléčit vás nedokážeme, ale budeme vás léčit, aby-

chom vám prodloužili život,“ řekl mi s tím, že mám před sebou určité ještě pár let života.

Když člověk vyslechne takovou diagnózu, začne přemýšlet jinak. Buď ho to zlomí a odevdá se osudu, nebo přijme výzvu a rozhodne se dokázat, že i nad tou nejtěžší nemocí se dá zvítězit. Řekl jsem si, že mám vlastně velké štěstí, že se stále cítím dobře. A protože chemoterapie, ozařování nebo operace už v mém případě nepřicházejí v úvahu, nebudu trpět jejich vedlejšími účinky. Nebudu po nich zvracet, děsit se nechutenstvím a ubývat na váze, neslezou mi také zbývající vlasy z hlavy, takže nebudu budít soucit jako typický onkologický pacient.

Samozřejmě jsem se začal zajímat nejen o to, co mě postihlo a proč, ale zejména, jak věci napravit. A díky tomu jsem objevil svět alternativní medicíny, kdy se na zhoubné nádory neútočí chemickými prostředky, ale vitamíny, minerálními látkami, potravinovými doplňky, dietami a afirmacemi. A dozvěděl jsem se o lidech, kteří svůj zápas s nemocí úspěšně ukončili.

Dech mi vyrazila především kniha Jak vyléčit prostatu Australana Rona Gellatleye. Uvědomil jsem si, že vlastně prožívám stejný příběh jako on. Také Ronovi připadalo, že má železné zdraví, o něž se poctivě staral, než ho seznámili s faktem, že má rozvinutý karcinom. Podvolil se klasické léčbě, ale dostal z hormonálních prášků tak silnou alergickou reakci, že je musel odmítnout. A zvolil si alternativní cestu, sice zdlouhavou a s nejistým výsledkem,

ale se silnou nadějí a velkým odhodláním. Ptal se, čím se léčilo dřív, jak si s neduhem poradili lidé daleko od civilizace, kteří využívali jen síly přírody.

To, co objevil, vyzkoušel na sobě. A postupně rakovinu porazil. Také se rozhodl, že své poznatky a zkušenosti si nenechá pro sebe, ale předá je všem, kteří o ně projeví zájem. A napsal světový bestseller, který se od protinožců dostal až do mých rukou. Po jeho přečtení jsem si uvědomil, že každý člověk má vyléčení ve svých rukou a prostředky k tomu že má všude kolem sebe. Tím nejcenějším jsou zejména informace, co, jak a kde pomocníci v nemoci hledat.

A tak jsem začal shánět a nakupovat přírodní medicínu podle Ronova návodu. Všechny nejdůležitější vitamíny, které oslabený organizmus potřebuje jako sůl. Rovněž zinek, dále astragalus neboli kozinec, také saw palmetto, melatonin a dále výtažek z jetele. Žvýkám hovězí průdušnicovou chrupavku, chroupám dýňová semínka, objednávám laktoferrin – zázrak z kravského mleziva...

Vypadá to jako čáry máry, ale je to prosté. Veškeré použité prostředky slouží k probuzení a posílení vlastní imunity. Tělo pak může snadno porazit každého vetřelce, který ho napadne. S Ronem, jenž žije na druhém konci světa, prožívám stejný příběh. Nejen v nemoci, ale i způsobu, jak se jí postavit. A věřím, že i skončí podobně. Chuti k tomu mám dost a dost.

Pavel Kačer

Proti manažerskému stresu: zázrak jménem citrónová tráva

Dnešní svět je velmi komplikovaný a život se odehrává v rychlém tempu. Lidé jsou vystaveni obrovskému tlaku v různých oblastech i nepřehlednému množství informací, jež se perou o jejich pozornost. Přehlcení je jedním ze zdrojů stresu, jenž může razantně ovlivnit životní pohodu, fyzické i psychické zdraví. Přitom jsou nástroje pro udržení dobré kondice i psychického rozpoložení na dosah ruky.

„Jsem nesmírně ráda, že GERnétic poskytuje způsob, jak pečovat o krásu a kondici našich fyzických schránek i duševní pohodu. K tomu, abychom vše uvedli do rovnováhy, přitom často stačí málo. Třeba schopnost se alespoň na moment zastavit, setrvat v přítomném okamžiku, uvědomit si sebe tady a teď, a pouze být. Západní kultura podceňuje magickou moc klidu a občasného nicnedělání. V GERnétic se našim klientům snažíme takové chvílky poskytnout, i kdyby to měla být jen hodinka na kosmetickém lehátku nebo příspěvek k desetiminutovce každodenní kosmetické domácí péče. Zatímco mysl si užívá uvolnění, GERnétic pracuje na tom, aby se relaxace ještě prohloubila a tělo dostalo to nejlepší,“ uvedla Ing. Andrea Trčková, výkonná ředitelka zastoupení značky GERnétic pro český a slovenský trh.

Naše vypětí dokážou harmonizovat esenciální oleje. Ty byly v rituálech krásy využívány od starověku. Už před tisíci lety si lidé všimli, že má jejich omamná vůně pozitivní vliv na smysly, pocit pohody i pokožku. Také značka GERnétic ve svých produktech, zejména těch pro ošetření těla, využívá jejich tajemnou sílu. Jedním z těch nevyužívanějších je esenciální olej z citrónové trávy.

Citrónová tráva pochází z oblasti Jižní Asie a Severní Afriky. Vyznačuje se svěží, mírně sladkokyselou citrusovou vůní. Na naše smysly má povzbuzující, uvolňující efekt, dokáže zmírňovat stavy psychického i fyzického napětí, svým aroma povzbuzuje a navozuje optimistickou atmosféru. Citrónová tráva blahodárně působí na tělo, olej z ní dokáže stimulovat proudění lymfy, zlepšuje stav při otocích, detoxikuje a pročišťuje pokožku. Pro tyto své vlastnosti se hojně užívá v aromaterapii i kosmetickém průmyslu: „Olej z citrónové trávy má v našich přípravcích nezastupitelnou roli. Snoubí se v nich tak nejen benefity, které tato složka přináší pokožce a tělu, ale také ty, které přináší naší mysli, jež bývá v dnešní době hodně zatížená stresem,“ přiblížila Alena Kimlová, hlavní firemní kosmetička a školicitelka GERnétic.



V produktovém portfoliu značky GERnétic esenciální olej z citrónové trávy obsahuje trojice produktů: sůl do koupele Sels De Bain, výživný tělový olej Huile De Beauté či regenerační a relaxační tělový krém Gerthérapi.

Sůl do koupele Sels De Bain

Krystalky mořské soli obohacené o esenciální olej z citrónové trávy promění koupel v relaxační lázeň s mírně zklidňujícími účinky, jež si dokáže poradit s nadbytkem stresu. Přitom však osvěžuje unavené a napjaté tělo. Obsažené mořské minerály jemně pečují o pokožku, která je hebká a jemná. Horká koupel se Sels De Bain působí jako terapie pro celé tělo: uvolňuje ztuhlé a bolavé klouby, zmírňuje svalovou tenzi, otoky dolních končetin i zažívací obtíže.

Výživný tělový olej Huile De Beauté

Ušlechtilé oleje z hroznových jadérek a makadamie se starají o dokonalou výživu pokožky celého těla. Zjemňují ji, zvláčňují a činí ji sametově hebkou na dotek. Esenciální oleje z citrónové trávy a ravnasary se postarají o mimořádný smyslový zážitek z aplikace a stimulují imunitní systém. Tělový olej regeneruje buněčné membrány a posiluje povrchový kožní film. Díky svému jedinečnému složení s antioxidanty a detoxikaci stimulujícími ingrediencemi působí na kůži jako anti-ageingový elixír. Podporuje lymfatickou a krevní mikrocirkulaci.



Dokonale se hodí pro ošetření suché a citlivé pokožky.

Regenerační a relaxační tělový krém Gerthérapi

Krém nabitý aktivními látkami bude vítaným pomocníkem pro všechny aktivní jedince, kteří preferují zdravý životní styl a pravidelně se věnují pohybu. Přispívá k intenzivní lymfatické drenáži, čímž zefektivňuje odpavení odpadních látek ze svalů, které v těchto tkáních vznikají vlivem fyzické námahy či cvičení. Díky obsahu cenných látek, včetně esenciálních olejů z citrónové trávy a ravnasary výtažků z artyčoku, cypřišku nebo indického kaštanu uvolňuje svalové napětí a zlepšuje stav vaskulárního systému. Přináší okamžitou úlevu namáhaným, ztuhlým a bolavým svalům a přispívá k pocitu okamžité relaxace. Proto je také vhodným

společníkem pro všechny, kteří mají sedavé zaměstnání a výrazně přetěžují šíji, trapézové a zádové svaly. Složení s makadamovým a hroznovým olejem intenzivně pečuje o pokožku a přispívá k její regeneraci. Specialitou tohoto přípravku je tzv. buněčný trenér. Jde o komplex rostlinného původu, který dokáže vyhledat středně velké a hypertrofované tukové buňky a působit na jejich vyprázdnění, aniž by došlo k buněčnému poškození. Dochází tak ke snížení objemu tukové tkáně a rychlejší modelaci těla. Proto je vítaným společníkem v každé snaze o formování figury. (tz)



/ Powered
by MVM

Pečte s námi po celý rok, Vaše innogy

Dobře víme, že v energetice je nejdůležitější spolehlivost a stabilita. Předvídáme změny, dbáme na profesionalitu a průběžně inovujeme. Jsme silný a spolehlivý dodavatel energií.

innogy.cz